

પ્રસંગ મજરં પાશમાત્માનઃ કવયો વિદુઃ ।

સ ઇવ સાધુષુ કૃતો મોક્ષદ્વારમપાવૃત્તમ્ ॥

[આપણે ઘરમાં જવું હોય તો હરવાનભાંથી જવાય
પણ ભીંતમાં માથું ળરાવીએ તો ન જવાય. તેમ મોક્ષ
પામવાનું દ્વાર એકાંતિક સંત છે. એને પડ્યા મૂકીને જ્યાં
ત્યાં માથાં માચાં કરીએ તો પત્તો ન લાગે.]

શ્રી ધ્યાનયોગીના પ્રસંગે

[ભાગ પહેલો]

લેખક

ડા. શ્રી ગિણુભાઈ શિવશંકર રાવળ
એમ. બી બી એસ.



પ્રકાશક

ભાનુપ્રસાદ સી મહેતા
શ્રી મધુસૂદન ધ્યાનયોગ નિકેતન
હાંસોડ

પ્રકાશક

ભાનુપ્રસાદ સી. મહેતા
શ્રી મધુસૂદન ધ્યાનયોગ નિકેતન,

પ્રાપ્તિસ્થાનો

શ્રી હનુમાનજીવું મંદિર
બધ-૩, પો રાધનપુર,
જિ બનાસકાંઠા

પડેની આવૃત્તિ, પ્રા ૨૦૦૦

કિંમત

રૂ ૨-૫૦

સપ્ટેમ્બર ૧૯૭૨

અંક

રમણલાલ શુ દેસાઈ
નિર્ણય મુજબ
આશ્રમ રોડ
અમદાવાદ

ડૉ. કેદારનાથ કે પાઠક

C/o શ્રી ધ્યાન મંડળ
૩૮૩, ભાવેશ્વર વિહાર ત્રીજો માળે,
સેન્ટ્રલ રોડ, મુબઈ-૪

શ્રી ભાનુપ્રસાદ સી મહેતા

‘ભાવના’

સરસ્વતી મોડિંગ સામે,
લગિતકુલ સોસાયટીની પાસે,
નરેગપુરા, અમદાવાદ-૬

શ્રી જયતીલાલ વી શુક્લ

‘અદ્વૈતી’

લક્ષ્મીનગર સોસાયટી, રોડ-૧
ગાજકોટ-૩

પ્રકાશકનું નિવેદન

શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસ અને સ્વામી વિવેકાનંદનો ગુરુ-શિષ્ય સંબંધ જાણીતો છે. શ્રી રામકૃષ્ણ નિરક્ષર કદી શકાય એવા જ્યારે સ્વામી વિવેકાનંદ આધુનિક અગ્રેષ્ઠ શિક્ષણ મેળવીને ગ્રેજ્યુએટ થનાર મુશિક્ષિત. અમળને ચરણે ભેગી લાગેવાગણેના આણંમે જગતમા અદ્ભુત પરાક્રમ કરીને ભારત અને ભારતની સંસ્કૃતિનો વિન્યાસ કરી ચગાડ્યો. એ સ્વામી વિવેકાનંદ આપણા સિક્ષિત લોકોની જોમ સવાલો પૂછનારા અગ્રદાણુ જેવા હતા. તેમને ઇશ્વર પર શ્રદ્ધા નહોતી. તેમણે શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસને જઈને પૂછ્યું કે, તમને ઇશ્વરનો અનુભવ થયો છે ? પરમહંસ સહજભાવે 'હા' કહે છે. સ્વામી વિવેકાનંદ પૂછે છે : મને આવો અનુભવ કરાવશો ? પરમહંસ હા પાડે છે. સ્વામી વિવેકાનંદને પરમહંસ સ્પર્શ કરે છે અને અદ્ભુત અનુભૂતિના પ્રદેશમાં પહોંચાડે છે. આ વાત મેં જ્યારે વાંચી ત્યારે મને થયેયું કે, આવી અનુભૂતિ કરાવનાર યોગીઓ અગાઉ હશે, આજે તો ક્યાંથી હોય ? શ્રીકૃષ્ણ પગમાત્રાએ અર્જુનને દિવ્યચક્ર આપીને વિશ્વરૂપનું દર્શન કરાવ્યું હતું પણ એ દુરની વાત હતી એટલે કાદા માય નહીં. પણ સ્વામી વિવેકાનંદની ઘટના વાંચ્યા પછી વિશ્વરૂપદર્શનની વાત સાચી લાગી. આવી જ ઘટના આપણે ફરીથી આજે જનતાને જોઈએ છીએ. આ પુસ્તકના લેખકને સદ્ગુરુ શ્રીમધુસૂદનદાસજીએ રામકૃષ્ણ પરમહંસ

અને શીકૃણુ ભગવાનની જેમ સ્પર્શમાનથી દિવ્ય શક્તિનો સચાર કરીને દિવ્ય અનુભૂતિના પ્રદેશમાં મહોવ્યાડી દીધા છે સહયુગીની આવી કૃપા અનેક સાધકો પર વરસી છે એ તો આપણે સાધકોની નિમ્ન આરીએ ત્યારે જાણી શકીએ છીએ

ડૉ ગિજુભાઈ રાવળ એમ બી બી એસ મયેલા સુશિક્ષિત સંગઠન છે તેમણે ૧૯૩૨માં મેટ્રિક થઈને ઇન્ડિયન બાનનગરની સામગદાસ કૉલેજમાં અભ્યાસ કર્યો પછી તેઓ મુબઈમાં બાણીને દાકતર થયા તેઓ મુબઈમાં પ્રેક્ટિસ કરે છે અને ૧૯૬૨ના આક્રોષ ખરમાં તેઓ સહયુગીના સ ર્કમાં આવ્યા અને તેમની સાધનાને આરંભ થયો આજ તો તેઓ છેલ્લા સોલેક વરસથી રોગના માર્ગ ઉપર ચક્રતા પડતા ચાલવા મથતા હતા પરમકૃપાળુ પરમાત્માએ તેમની નિઆલસતા, સત્યતા અને ભક્તિભાવ જોઈને સહયુગ સાથેનો યોગ કરાવીને કૃપા કરી અને ડૉ ગિજુભાઈ વિકાસને પથે પડ્યા આજે ૬૬ વરસથી વધુ સમયથી તેઓ ખ્યાતી મહારાજના સ પર્કમાં છે તેમના સાનિધ્યમાં તેમને અનેક અનુભૂતિઓ થઈ છે અનેક પ્રસંગો બન્યા છે ધણા ધણા વાર્તાલાપો ત્સાભળવા મળ્યા છે તેમની પાસે આધ્યાત્મિક સ પત્તિનો અખૂંદ ખમ્મનો છે એમથી કેન્દ્રક રત્ને કાઢીને આજે આપણી સમક્ષ તેમણે મૂક્યા છે ડૉ ગિજુભાઈ કોઈ સિદ્ધહંત સાક્ષર ાથી, ફક્ત સાચા દિવના સાધક છે તેમની ભાનામાં અવ્યક્તાર ભલકો કે ઠાઠ નથી, પણ નિર્મળ સરળ વાણીમાં તેમણે પોતાના અનુભવ ઉતાપાં છે તેમનું લખાણ ઉદાના ઊંડાણમાંથી આવતું હોઈ વાચકને સીધો સ્પર્શ કરે છે અને આપણને સાધનાના પથે જતા પ્રેરણા આપે છે ડૉ ગિજુભાઈએ આ પુસ્તક લખીને સાધકોને અને જિજ્ઞાસુઓને આભારી કર્યા છે

આ પુસ્તકમાં પણ સહજાનપૂર્વક સક્રિય રસ લેવા બદન ત્રી હરિભાઈ બાસના અમે આભારી છીએ

આ પુસ્તકના પ્રકાશનમાં ભાઈત્રી બાબુભાઈ એ મૂળ લખાણ જોઈ-મુદ્રારીને હસ્તપ્રત તૈયાર કરી તથા તેનાં પ્રૂફ વાંચ્યાં તે માટે તેમનો તથા બીજા ભાઈઓએ જેમણે મદદ કરી છે તેમનો આભાર માનવાની આ તક જવા દેવી જોઈએ નહીં.

સાધકો અને અન્ય ભાઈબહેનો આ પુસ્તકને આવકારશે એવી આશા છે.

જન-માણી, ૨૦૨૮
અમદાવાદ.

ભાનુપ્રસાદ મહેતા.

પ્રસ્તાવના

શુદ્ધદ્વા શુદ્ધર્ષણ શુદ્ધદેવો મહેશ્વર !

શુદ્ધ સાક્ષાત્ પરબ્રહ્મ તસ્મૈ ધ્યો શુરવે નમઃ ॥

પ્રભુ પોતે જ આ જગતમા યુરુરૂપે અને સતોના રૂપમા વમે છે, તેવો રાષ્ટ્ર અનુભવ સદગુણના સપર્કમા આવ્યા પડી થાય છે આ સંસારમા પ્રાપ્તિમાનને ભરરોગરૂપી મહારોગ લાગુ પડ્યો છે તેમાથી હજારનાર વૈદોના પશુ વૈદ હોય તો તે સદગુણ છે અને કેવળા પ્રમાણુમાં રોગ છે અને તેને કયુ ઔષધ આપુ અને ડોકી માત્રમાં આપુ જેથી તે જલ્દી તેમાથી મુક્ત થાય તે માત્ર તેઓથી જ ભળે છે-જાણી શકે છે

પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવ ધ્યાનયોગી મહાગજ શ્રીમધુસૂદનદાસજી આરા જ એક પૂર્ણ યોગી સતપુત્ર છે તેઓથી ધ્યાનયોગરૂપી મહાન ઔષધી દારા જીવોનો ભરરોગ દૂર કરી રચા છે તેઓથીએ પોતાની અનોખી રીતથી સર્વને માટે ધ્યાનયોગ બટ જ સુખમ નતાવેન છે તેઓથી પ્રત્યન આપના નથી પણ પોતાની ગતિ વડે સાધીને ગાળો જ અનુભવ કરાવે છે તેઓથી તો કહે છે કે મમારો વિષ પ્રેચિત્ત છે, આવો અને અનુભવ કરો ' આપ્તવાન આપના કે ચર્ચા કરના તેઓથીને દાર્ઘ્યે સાચા નથી નિષ્કર્ષી વાળી દારા તેઓ જાડે જ સમજાવે છે તેઓથી મુદ્ધમ ગતિ ન શકે છે

છતાં પણ જ્યારે કોઈ ખરા જિજ્ઞાસુ તેઓથી પામે જઈ ને યોગમાર્ગ અથવા બીજા કોઈ આધ્યાત્મિક વિષય વિષે પ્રશ્ન પૂછે છે અને માર્ગદર્શન માગે છે અથવા તો કોઈ સાધક પોતાની શંકાઓ અને મુશ્કેલીઓ તેઓથીની સામે રજૂ કરે છે ત્યારે તેઓથીને ખૂબ આનંદ થાય છે અને ખૂબ જ સરસ ગીતે તેને માર્ગદર્શન આપે છે તથા શંકાઓનું નિવારણ કરે છે. તેઓથીના મુખેથી આ બધું સાંભળવું એ એક અવશ્ય લાભ છે. તે વખતે તેઓથીના મુખમાથી નીકળતો એક એક શબ્દ ટેપરેકોર્ડ કરવા જેવો હોય છે તેઓથીના મુખમાથી નીકળેલાં વાક્યો સ્વાનુભવના અને આત્મા-પરમાત્માના અવાગ્દર્શી હોવાથી શ્રુતિ વાક્યો સમાન છે. નમસ્કૃત ગુરોર્વાલ્ય.

વિષય ગમે તેવો ગદન હોય પણ પૂજ્ય ગુરુદેવની સમજાવવાની ગીત એવી છે કે તે સરળ બની જાય છે નહતું સરળ ભાષા, અને જોઈ જોઈ આવકારક પ્રશ્નોમાથી હાખલા આપીને તેઓથી ગમે તેવા ગદન વિષયને સર્વને માટે ગ્રાહ્ય બતાવી દે છે તેઓથીની એક અને બીજી શૈલીએ છે કે જેની વ્યક્તિ તેની દલીલો અને દૃષ્ટાંતો આપીને તેને પૂરેપૂરો વિષય સમજાવે છે, જે વ્યક્તિ ડોક્ટર હશે, તો તેને દ્યારીરિક શાસ્ત્ર અથવા એમના વ્યવસાયના દૃષ્ટાંતો આપશે. જે એજિનિયર હશે, તો યંત્રો વગેરેનાં દૃષ્ટાંતો આપશે. જે વક્રીય હશે, તો તેમને કોર્ટ અને કાયદાને લગતાં દૃષ્ટાંતો આપશે વેપારીને વેપારને લગતા, વિદ્યાર્થીને એના વિષયને લગતા અને ગૃહિણીને ઘરકામને લગતા હાખલાઓ આપીને તેઓથી વિષય સમજાવશે તેઓથી શ્રોત્રિય એટલે સર્વ શાસ્ત્રોમા પારગત હોના છતાં, ઘણા વિદ્વાનોની જેમ વિષય સમજાવવામા શાસ્ત્રોના વાક્યો ટાટીને વિદ્વાનું પ્રદર્શન કરતા નથી સાલજનારને વિષય ગ્રાહ્ય બને એ જ તેઓથીનો હેતુ હોય છે.

તેઓથીને સાલજવામા કોઈ અવર્ણનીય આનંદ આવે છે. તે વખતે તેઓથીના ચહેરા પર આનંદ, પ્રસન્નતા અને વાતસલ્ય-

લાવ તરી આવે છે. આ જેમ બાળકને તે સમજી શકે તેવી સમજ
લાપામા સરળ દલીલોથી સમજાવે છે તેમ પૂજ્ય ગુરુદેવ પણ
સાધકને તેની કક્ષા પ્રમાણે દલીલોથી સમજાવે છે. તેઓશ્રીના મુખ-
માંથી નહેતા પ્રેમભર્યા, મધુર દિવ્ય શબ્દોના પ્રવાહને ઝીલવા મળે
એ એક અનેક લાભ છે,

આવે લાભ જ્યારે જ્યારે મને મળ્યો છે, ત્યારે ત્યારે મેં
કૃતાર્થતા અનુભવી છે. મારી હાજરીમાં પૂજ્ય ગુરુદેવ સાથે જે
કોઈનો વાર્તાલાપ થયેલો તેની મેં નોંધ કરી લીધેલી. અવારનવાર
તે વાચવાથી મને ખૂબ જ મહત્ત્વનું માર્ગદર્શન અને પ્રેરણા મળે
છે, પણ ‘વાર્તાલાપ’નો આ અમૂલ્ય ખજાનો મારા ઉપયોગ પૂરતું જ
રાખીને મારે સ્વાધીન ન થવું જોઈએ. પણ પુસ્તકમાં છપાયેલા
એનો લાભ સર્વને મળે એ હેતુથી જ આ છપાવવા આપેલ છે.
પૂજ્ય ગુરુદેવનું જ્ઞાન અને શક્તિ સર્વના માટે જ છે. કોઈ એક
વ્યક્તિ માટે નથી પતિતપાવની ગંગા સર્વની છે પૂજ્ય ગુરુદેવ
ધણી વાર કહે છે: “આ તો ગંગાનો પ્રવાહ છે જેને લાભ
લેવો હોય તે લઈ લે.”

પૂજ્ય ગુરુદેવ તો પૂર્ણ પુરુષ છે તેઓશ્રીના મુખેથી નીકળતાં
વાક્યો પણ પૂર્ણ જ હોય છે અને દોષરહિત હોય છે પણ તે
વાક્યોને યાદ રાખીને પત્તી પોતાના શબ્દોમાં ઉતારનાર દુર્
અપૂર્ણ છે તેથી દોષવાળો છું. અને ત્યાં સુધી પૂજ્ય ગુરુદેવના
શબ્દોમા જ વાર્તાલાપ લખવા પ્રયત્ન કર્યો છે, પણ લખનારના
ગત, દેવ, અદંકાર વગેરેને લીધે દોષો પણ દશે. જ્યાં જ્યાં પૂર્ણતા
જોવા મળે તે પૂજ્ય ગુરુદેવની અને અપૂર્ણતા અને દોષ દેખાય
તે મારા છે એમ ગળીને મને દામા આપશે.

૧૮-માર્ચ, ૨૦૨૮

મુંબઈ

ગિરિભાઈ રાયજી

અનુક્રમણિકા

પ્રકાશકનું નિવેદન	૭
પ્રભાવના	૧૦
૧ એક દિવ્ય અનુભવ	૧
૨ કોણ કહે છે કે દરિયો નિર્જીવ છે ?	૩
૩ વાસના શરીર	૫
૪ ધારણા, ધ્યાન અને સમાધિ	૬
૫ ધ્યાન શા માટે કરવું ?	૮
૬ જીવનમાં ધ્યાનનું મહત્ત્વ	૯
૭ ડૉ. હરિવંશનું પરિવર્તન	૧૧
૮ સચ્ચિદાનંદ	૧૩
૯ રાજકોટમાં સમૂહધ્યાન	૧૪
૧૦ ડૉ. પાઠકને ત્યાં 'યુરુપૂર્ણિમા'નો ઉત્સવ	૨૩
૧૧ નાનાં બાળકોને ધ્યાન જલદી કેમ લાગે છે ?	૨૮
૧૨ ધ્યાનમાંથી પરાણે જગાડવાથી નુકસાન થાય છે	૩૨
૧૩ શક્તિ જાગ્રત થાય છે ત્યારે મોં ખોલીને 'આવાનું' માગે છે	૩૩
૧૪ જ્ઞાનરત્નમાં કાળ પહોંચી શકતો નથી	૩૪
૧૫ ધ્યાનથી સાધક ધીમે ધીમે અંતર્મુખ થતો જાય છે	૩૬
૧૬ દીર્ઘશ્વાસની આપણી ગ્રામીન વિદ્યા	૩૬
૧૭ ધ્યાનનો આનંદ અને નિર્વિકલ્પ સમાધિ	૪૦
૧૮ ધ્યાનમાં હિમ રૂપનાં દર્શન	૪૧
૧૯ ક્રિયાઓ ચાલુ થતાં મંત્રજપમાં જૂથ પડે તો શું કરવું ?	૪૨
૨૦ જેવો પુરુષાર્થ તેવું ફળ	૪૪
૨૧ મંત્રમાં તત્ત્વમયતા થતાં મંત્ર મૂર્તિમંત બને છે	૪૫
૨૨ સંકલ્પથી ધ્યાનને અને ક્રિયાઓને રોકી શકાય છે	૪૭
૨૩ અમૃત પાણી વધારે પડતું લેવાય તો વિપ બને છે	૪૮

૨૪ કુડસિની જાગત ચતાં ક્રિયાઓ અવાનું કાગળ	૫૧
૨૫ પ્રેરણાત્મક અને માર્ગદર્શક પ્રવચન	૫૨
૨૬ પ્રારબ્ધ, સચિત અને ક્રિયામાણ્ય સંકળાયેલાં છે	૫૪
૨૭ કુડસિની જાગત ચતાં બોમારી દૂર થાય છે.	૫૫
૨૮ કુડસિની ઉત્થાન પહેલાં અને પછી પ્રાણુની ગતિનો અનુભવ	૫૬
૨૯ હૃદય વૈદોનો વૈદ ■	૫૭
૩૦ સંસ્કારની અસર અવળ છે	૬૨
૩૧ લાઈનો નવો અવતાર જાણીને શો ઉપયોગ ?	૬૫
૩૨ રંગેશુલ્કના આધ્યાત્મમાં ધ્યાનમાં ટુચિ ન થાય	૬૬
૩૩ યોગ અને સાત્વિક આહાર લેવો જોઈએ	૬૭
૩૪ સીઓથી શ્રીહનુમાનજીને રખડાં ચાય કે ?	૬૯
૩૫ ત્રાટક	૭૨
૩૬ ગુરુદત્ત મંત્રનો જપ કરવાની સાચી રીત	૭૪
૩૭ વકીનો આ લાઈન માટે પાત્ર ગણાય કે નહીં	૭૮
૩૮ આમોઆસ સાથે 'રામ'નામ જોડવાની રીત જરૂર ?	૮૧
૩૯ આધ્યાત્મિક રાગે પહોંચવા માટે સાધનાની જરૂર છે	૮૩
૪૦ 'પ્રેમ' પ્રાપ્ત કરાવે તે માર્ગ મદલ કરવો	૮૮
૪૧ મુર્તિ ઉપરથી પહેલું પુણ્ય મનુક્રાંતુ પ્રતીક છે	૮૫
૪૨ સત્ત્વકંપ કરવામાં શક્તિનો ફાયર થતો નથી	૮૭
૪૩ જડ સમાધિ	૮૮
૪૪ સાધકે ગુરુની સનત દેખરેખ નીચે રહેવું જરૂરી છે	૮૯
૪૫ વાના દગ્દી સવાસનમાં ધ્યાન કરી શકે છે	૯૦
૪૬ હૃદયને સરલો ગ્રામ તે જ જગી જગત છે	૯૨
૪૭ ધ્યાનમાં વાનાવગ્જની અસર	૯૪
૪૮ હૃદયમાં અદા મુરકેલીમાં શાંતિ અપાવે છે	૯૮
પરિશિષ્ટ	૯૭

શ્રી ધ્યાનયોગીના પ્રસંગો.

એક દિવ્ય અનુભવ

[મુંબઈ, જુલાઈ-ઓગસ્ટ, ૧૯૬૩]

પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવની કૃપાથી મને અનેક દિવ્ય અનુભવો થયા છે. તેમાંથી એક વિશિષ્ટ પ્રકારનો અનુભવ ત્રે આપવો ઉચિત ગણાય માટે લખાયો છે.

હિમાલયની કંદગઓમાં તપસ્વીઓને અને યોગીઓને પણ આત દુર્લભ એવો આ દિવ્ય અનુભવ મને પૂજ્ય ગુરુદેવે ઘેરબેઠા કરાવ્યો હતો. ૧૯૬૩ના જુલાઈ-ઓગસ્ટમાં ત્યારે પૂજ્ય ગુરુદેવ વઘ્લી પગ અમારે ત્યાં ણિગજતા હતા અને ત્યાં ચમ્પુદ્યાનની પ્રવૃત્તિનો આરંભ થયો હતો ત્યારનો આ પ્રસંગ છે એક દિવસ મેં એક ગુજરાતી પેપરમાં શ્રી યોગેશનો સ્વાનુભવનો લેખ વાંચ્યો. તેમાં એઓએ લખ્યું હતું કે તેમની કુંડલિની જાગૃત કરી આપે અને તેમને સમાધિ લગાડી કે એવા ગુરુની શોધમાં પોતે હિમાલયમાં ક્યાં પણ એવા કોઈ ગુરુ ન મળતા તેઓ એક ગુફામાં રહીને ટંકાર તપશ્ચર્યા કરવા લાગ્યા છ માત્ર સુધી એક દિવસ ફળાહાર કરીને અને એક દિવસ કેવળ ગંગાનું જળપાન કરીને અહિનિંશ મંત્રજાપ કરતા ગદ્દા તથા ત્રણ દિવસ સળંગ ઉપવાસ કર્યા તેવામાં એક રાત્રે એક દિગંઠર મહાત્મા તેમની ગુફામાં દાખલ થયા અને એમને પૂછ્યું કે, “તારે કુંડલિની જાગૃત કરવી છે? સમાધિમાં બેસવું છે? તો બેસી જા”. તેઓ રજાસનમાં બેસી ગયા. પેલા મહાત્મા તેમની પાછળ ગયા અને તેમની

કરોડના નીચલા છેટે મૂલાધારમા તેમના જમણા પગના અગ્રહાથી સ્પર્શ કર્યો તરત જ શ્રી યોગેશજીને કુદ લિની ન્દાત થયાનો દિવ્ય અનુભવ થયો અને સમાધિ લાગી ગઈ

આ લેખ વાંચીને મને આશ્ચર્ય થયું અને પૂજ્ય ગુરુદેવને વાત કરી પૂજ્ય ગુરુદેવે પણ આ લેખ વાંચ્યો અને કહ્યું કે એમા શું ? તમને પણ આનો અનુભવ થઈ શકે ! તે દિવસે રાત્રે જ પૂજ્ય ગુરુદેવે ધ્યાન વળતે આ દિવ્ય અનુભવ કરાવ્યો

પૂજ્ય ગુરુદેવ મને મૂલાધારમા જમણા પગના અગ્રહાથી સ્પર્શ કરશે ત્યારે શું થશે તે જાણવાનું કુતૂહલ મનમા હતું તેથી મેં આસન લગાવ્યું, સ્થિત થયો અને શબ્દો બધાં તો ઠયાં પણ મનથી ન્દાત રહેવાનો પ્રયત્ન કર્યો જેથી બરાબર અનુભવી શકાય પણ મૂલાધાર પર પૂજ્ય ગુરુદેવના જમણા પગના અગ્રહાનો સ્પર્શ થતા જ જાતે મને વીજળીનો આશ્ચર્ય લાગ્યો હોય તેમ અણગણાટી માથે પ્રકાશ દેખાયો અને શરીર નીચેથી ઉપર નિશ્ચેતન થવા માંડ્યું ન્દાત હોવાની માત્રી ધ્વજા અને પ્રયત્ન છતાં થોડી જ પળોમા મારી શુદ્ધિ આવી ગઈ કેટલો મમય આ સ્થિતિ ગ્રહી તેનું જ્ઞાન ન રહ્યું હું ન્દાત થયો ત્યારે શરીરમા અને મનમા ન્દુર્તિ અને જ્ઞાનદ જ્ઞાનદનો અનુભવ થયો પૂજ્ય ગુરુદેવે મને પૂછ્યું કે શું થયું ? ત્યારે મેં મારો અનુભવ કહી બતાવ્યો પૂજ્ય ગુરુદેવે મર્વ માધ દોને સંજોધીને કહ્યું કે જુઓ, આવો અનુભવ મેળવવા માટે કિમાલયની શુદ્ધિમા જઈને કઠોર તપસ્યા કરવી પડે છે જ્યારે અહીં તમેને ઘેરબેઠા એ જ અનુભવ થાય છે

આ પ્રમંગથી અમેને પૂજ્ય ગુરુદેવની યોગિક શક્તિ-
ઓનો કાંઈક ખ્યાલ આવ્યો. પણ વિના પશ્ચિમે મહા-
મુદ્ધપાન વસ્તુ મળે તો તેની પણ આપણને કિંમત હોતી
નથી એવો મનુષ્ય સ્વભાવ છે પશ્ચિમથી મેળવેલી
વસ્તુની જ કિંમત થાય છે વળી મનિ પરિચાર મળ્યા....
જેવું પણ જાણે છે આવા મહાન મમર્થ ગુરુદેવ વિના-
પશ્ચિમે ઘેરજોડા આપણને મળ્યા છે તો આપણાથી
તેઓશ્રીની કિંમત જગ પણ ઓછી ન અંકાય અને તેઓ
શ્રીની જગ પણ અવગણના ન થઈ ત્યજ એ વાતની કાળજી
ગાળવી જોઈએ. એટલું જ નહિ પણ તેઓશ્રીના આપણે
મહાન ઋણી છીએ તો તેઓશ્રી પ્રત્યે આપણી અદ્વૈત
શ્રદ્ધા અને અનન્ય ભક્તિભાવ મહા દેહાવી ગણવાની
દરેક ગિણતરી ઓછામાં ઓછી ફરજ છે

૨

કોણ કહે છે કે દરિયો નિર્જીવ છે ?

[મુન્ડ, તા. ૧-૩-૧૯૧૫]

આખી સૃષ્ટિ આત્મા ત્રિવાય બીજું કાંઈ જ નથી
એવો પરમ સત્યનો દિવ્ય અનુભવ આજે પૂજ્ય ગુરુદેવશ્રીએ
મને કરાવ્યો.

છેલ્લા થોડા દિવસોથી પૂજ્ય ગુરુદેવ અમારે ત્યાં
વગ્ની ઉપર બિરાજે છે આજે નવારે પૂજ્યશ્રી ગુરુદેવ અને
હું રોજના નિયમ પ્રમાણે વરની ગી ફેઈમ પર ફરી ગદ્યા

પછી દરિયાકાંઠે હીવાલ પર બેઠા હતા. જરા જરા પવન હતો. દરિયાનાં નાનાં મોઢાંઓ કાળા ખડકો ઉપર અથડાઈને સફેદ ફૂલ જેવા ફીણ બની જતા હતા. આ રમણીય દૃશ્ય જોઈને પૂજ્ય ગુરુજીના મુખ ઉપર પ્રસન્નતા હતી તેઓ બોલી ઊઠ્યા, “કોણ દહે છે કે દરિયો નિર્ભય છે? ભુઓ આમા આપણને નિર્ભયતા લાગે છે? અત્યારે આ દગ્ધિમાં આણુએ આણુમા આપણને જીવનો અનુભવ થઈ ગયો છે, તદ્દન નિર્ભય દેખાતા પથ્થરમા પણ જીવ છે—આત્મા છે. આખી મૃદ્ધિમાં આત્મા વગર બીજું કંઈ નથી. એનો અનુભવ આપણને પ્રકૃતિમા અમુક અમુક સમયે થયા જ કરે છે.”

‘सर्वं लल इदम् ब्रह्म’ ઉપનિષદનુ આ મહાવાક્યનુ જે નાન મને પૂજ્ય ગુરુજીએ આવી મરણ સીતે સ્પષ્ટ અનુભવ કરાવીને આપ્યું છે તે અનેક વાર શાસ્ત્રના થંથો વાચવાથી કે વ્યાખ્યાનો સાંભળવાથી ન મળી શકત. હવે આ જ્ઞાન વધારે સ્પષ્ટ થાય તે માટે તેઓશ્રીએ મને તેઓશ્રીની ગૌરહાજરીમાં સક્ષમ સીતે એ જ સ્થળે બીજા સમયે આવો જ દિવ્ય અનુભવ કરાવ્યો.

તા. ૧૦-૩-૬૫ : પૂજ્ય ગુરુદેવ અમારે ત્યાં એક મામ રહીને ગઈ કાલે સાંજે અંધેરી શ્રી જનકગય વ્યાસને ઘેર દહેવા પધાર્યા છે. તેઓશ્રીની હાજરીમા અમને જે અનંદ આવતો તે અવર્ણનીય હતો. ખામ કરીને રોજ વહેલી સવારે તેઓશ્રીની સાથે મને સવા કલાક ફરવા જવાની તક મળતી તેથી મને ખૂબ જ આનંદ આવતો અને એથી મને ખૂબ જ લાલ થયો છે. તેઓશ્રી અંધેરી પધાર્યા પછી પણ હું સવારમા ફરવા જતો રોજની જેમ આજે પણ દરિયાકાંઠે એ જ સ્થળે હું ફરીને બેઠો હતો. દરિયાની

પ્રવૃત્તિઓ અને યનગનાટ જોઈને મને અંતરમાંથી વિચાર સ્ફુર્યો કે દરિયામાં પણ ખરેખર આત્મા છે. સૃષ્ટિમાં બધે જ આત્મા છે. એવો સ્પષ્ટ અનુભવ અત્યારે થઈ રહ્યો છે. વળી દરિયામાં પ્રવૃત્તિના નિયમો પ્રમાણે ઘરાઘર પ્રવૃત્તિઓ થઈ રહી છે. પ્રકૃતિની શક્તિનો જે અંશ એમાં રહીને આ બધું કરી રહ્યો છે, તે તેનો દેવ કહેવાય. તે જ દરિયાનો દેવ. એ જ પ્રમાણે વરુણદેવ, અગ્નિદેવ, નદીની-દેવી વગેરે હોવાં જોઈએ આવી જાતની ગ્રમજ મને ત્યાં બેઠા બેઠા અંતરમાંથી સ્ફુરી આવી. આમદેવી, કુળદેવી વગેરે દેવતાઓની ભાવના પણ આ જ છે. શ્રદ્ધા તથા ભાવપૂર્વક જો તેમનું પૂજન અને ઉપાસના કરવામાં આવે તો તેમના આક્ષાત્ર મૂર્તિમંત દર્શન થઈ શકે છે. તથા તેમને પ્રસન્ન કરી શકાય છે.

૩

વાસના શરીર

[મુબર્ક, તા. ૭-૩-૧૯૧૫]

આજે એક જૂના સાધક શ્રી કનુભાઈ પટેલે દિપરિ-ચ્યુઆલિઝમ (diparivalism) ઉપર વાત કાઢી. તેના અનુમંધાનમાં પૂજ્ય મહારાજશ્રીએ અમને વામના શરીર વિષે બહુ જ ગરમ રીતે ગમજાવ્યું. ખાસ તો તેઓશ્રીએ કહ્યું કે, “મોક્ષ પામેલા આત્માઓની વામનાઓ પણ બ્રહ્મારમાં અંકિત થયેલી હોય છે, જેને તેઓનું વામના-શરીર કહી શકાય છે. માર્ત્વક અને જનકદયાળુની વામનાઓ જે સંત મહાત્માઓના મનમાં તેમના જીવન

દરમ્યાન હોય છે તે આકાશતત્ત્વમા કાયમ (permanent) રહેાઈ થઈને રહે છે જગતનો પ્રવચ થાય ત્યાં જ તેને અંત આવે છે તેઓના એ વામના ગ્રીરને આનાદન કરીને ગમે ત્યારે જોલાવી શકાય છે અને ત્યારે તે વામના શરીર હાજર થાય છે તે વામનાઓ જેની હતી તે વ્યક્તિની જે ખાગિયતો હતી તે બધી ખાગિયનાનો આપણને અનુભવ થાય છે અવતારી પુરુષોની વામનાઓ પણ તેઓ નિગકારમા ભગી ગયા છતાં આકાશ તત્ત્વમા રહેવી છે” આ બાબતમા તેઓધીએ શ્રીરામચંદ્રનાં કાખલો આપ્યો.

તે માધક લાઈએ પ્રશ્ન કયોં કે મવિકલ્પ મમાધિમાં પણ તર્કવિતર્ક અને વિચારો ચાલુ હોય છે. અને ધ્યાતા, દ્યેય અને ધ્યાનની ક્રિયાનું જ્ઞાન હોય છે. તો પછી આપે આગળ મમત્તવ્યું તે પ્રમાણે એને ધારણા અથવા ધ્યાન જ કહેવાયને? મમાધિ કેમ કહેવાય?

પૂન્ય ગુરુજીએ મમત્તવ્યું કે ધારણા, ધ્યાન અને મમાધિ તે બધાં છેવટે તો એક જ વસ્તુની ભુદ્ધી કક્ષાઓ છે. મનની એકાગ્રતાની ગાઢતા વધતી જાય તેમ ધારણામાંથી ધ્યાન, ધ્યાનમાંથી મવિકલ્પ મમાધિ અને છેવટે નિર્વિકલ્પ મમાધિ લાગે છે. જેમ દૂધ, દહીં, માખણ અને ઘી એ ચારેય વસ્તુ ઉત્તરોત્તર એક જ છે. ફક્ત તેમની સ્વભાવતા અને શક્તિમાં ફરક છે. દૂધમાંથી બનતું માખણ અને ઘી પ્રમાણમાં થોડું પણ વધારે શક્તિશાળી છે. દૂધમાંથી અને દહીંમાંથી પાણી, છાશ વગેરે નીકળી જતાં ગુદ્ધ માખણ અને ઘી મેળવી શકાય છે તેમ મનની એકાગ્રતા વધતા, તેમાંથી અગુદ્ધિઓ નીકળી જતાં નિર્વિકલ્પ મમાધિ લાગે છે. પણ મવિકલ્પ મમાધિને મમાધિ એટલા માટે કહેવાય છે કે એમાં મનની એકાગ્રતા વધવાથી આત્માનંદનો અનુભવ પણ થાય છે. સાથે સાથે જગતનો અનુભવ પણ થાય છે. માટે તેને મવિકલ્પ મમાધિ કહે છે.

ધ્યાન શા માટે કરવું ?

[મુબઈ, તા ૮-૩-૧૯૬૫]

એક નવા આવનાર ભાઈએ આજે પૂજ્ય ગુરુજીને પ્રશ્ન કર્યો. કે ધ્યાન શું કામ કરવું ? ધ્યાન કરવાનો હેતુ શો ?

પૂજ્ય ગુરુજીએ ઉત્તર આપ્યો કે તમે જીવનની બધી પ્રવૃત્તિઓ શા માટે કરો છો ? ખૂબ મહેનત કરીને અભ્યાસ કરો છો, ડિગ્રી મેળવો છો, નોકરી કરો છો અથવા ધંધો કરો છો, લગ્ન કરો છો, બાળકો થાય છે તેમને સારી ટેળવણી આપો છો. આ બધી પ્રવૃત્તિઓનો હેતુ શો છે ? આપણને સુખ અને શાંતિ મળે એ હેતુથી જ આપણે આ બધી જ જીવનની પ્રવૃત્તિઓ કરીએ છીએ, પણ આપણને સાચું સુખ કે શાંતિ મળતા નથી. આ બધી દુન્યવી પ્રવૃત્તિના પરિણામે થોડું ઘણું સુખ મળે છે તો એમા દુઃખ વધારે મળે છે કારણ કે તે બધી જ નાશવત વસ્તુઓ છે અને તે સુખ દુઃખને લાવનારું હોય છે તથા ક્ષણિક હોય છે. આપણે માનીએ છીએ કે ખૂબ સંવેદ્યામ કરીને સારી ડિગ્રી મેળવીશું તો સુખ મળશે કે મારી નોકરી મળશે તો સુખ મળશે કે ધંધામા સારા પૈસા કમાશું અને મિલકત જમા કરીશું તો સુખ મળશે. શ્રી તત્ત્વથી સુખ મળશે કે બાળકો તરફથી સુખ મળશે મત્તા મેળવીશું તો સુખ મળશે. આવી રીતે સુખ માટે આપણે ખોળા ફારા મારીએ છીએ અને જીવન વેડકી નાળીએ છીએ પણ ધ્યાનમા જોડવાથી જ સુખ મળે છે અને શાંતિ મળે છે તે અનંત છે તેનો અંત નથી આવતો અને અવર્ણનીય છે. આપણું જીવન સારાંક વાય છે.

જીવનમાં ધ્યાનનું મહત્વ

[મુંઝર્, તા. ૨૦-૬-૧૯૬૫]

પૂજ્ય ગુરુજી વરલી પર મારે ત્યાં બિરાજતા હતા. આજે તેમના દર્શન માટે હા. મિત્રસેન માહીમતુરા, તેમના પત્ની હા. જયંતીબહેન તથા તેમનો પુત્ર નિશાંત વગેરે આવેલ છે. પૂજ્ય ગુરુજી તેઓને ધ્યાનનું મહત્ત્વ મમત્તવી રહ્યા હતા.

પૂજ્ય ગુરુજીએ કહ્યું કે દરેક માણસને ત્રણ વસ્તુની જરૂર લાગે છે : મત્તા, શાંતિ અને સ્થિરતા. નાના બાળકને પણ એમ થાય છે કે મારી મા અને બધા જ મારું કહ્યું કરે. મોટાઓને પણ એમ જ લાગે છે કે અમારું ધાર્યું થાય, અમારી મત્તા ચાલે. બધાને શાંતિ પણ જોઈએ છે. અને એમ ઇચ્છે છે કે સત્તા અને શાંતિ કાયમ ટકી રહે. પણ એ ત્રણેય વસ્તુઓ ક્યાં મળે છે તેનો માથો ખ્યાલ લોકોને હોતો નથી. એટલે જગતમાં તે મેળવવા માટે ફાંફાં મારે છે. માણસ એમ ધારે છે કે જુગ ધન એકદુન કરવાથી મત્તા, શાંતિ અને સ્થિરતા પ્રાપ્ત થશે અને તેથી ધન મેળવવા અનેક સાધનાઓ પ્રયત્નો કરે છે. અનેક કાવાઢાવા અને છળટપટ કરે છે. પરિણામે તૃષ્ણાઓ અને અશાંતિ વધતા જાય છે. ગુણસંગવડના આરામા સાગ સાધનો વમાવવામાં શાંતિ વગેરે મળશે એમ ધારીને અનેક પ્રયત્નો કરીને તે સાધનો વમાવે છે પણ બજારમાં એના કરતાં વધારે આકર્ષક સાધનો જોઈને એને મેળવવાની ઇચ્છા થાય છે.

આ પ્રમાણે તૃપ્તિ વધતી જ જાય છે. અમંતોય પણ વધે છે અને માથે અશાંતિ વધે છે

ઘણા ધનાઢય માણસોને નિદ્રા નથી આવતી તે નિદ્રાની ગોળીઓ ખાય છે શરૂઆતમાં એક ગોળીથી ઊંઘ આવે છે. પછી બે બે લેવી પડે છે. પણ તેનાથી જ્ઞાન-તંતુઓ ટેવાઈ જાય છે. તેથી ત્રણ ત્રણ ચાર ચાર અને પાંચ પાંચ ગોળીઓ લેવા છતાં ઊંઘ આવતી નથી અને જ્ઞાનતંતુઓ નબળા પડે છે, બકડું કાઢતાં ઊંટ પેસી જવા જેવી હાલત થાય છે. આ પ્રમાણે તેઓને કયાંય શાંતિ મળતી નથી. તેઓ બાણતા નથી કે સત્તા, શાંતિ અને સ્થિરતા આપણી અંદર જ છે. તે માટે બહાર ફાંફાં મારીને અમૂલ્ય જિંદગી વેડફી નાખવાને બદલે અંતરમાં જ રૂબરૂ મારીએ તો એ મળી જશે. બહિર્મુખ રહેવાને બદલે અંત-મુખ થઈએ તો તે તરત જ પ્રાપ્ત થશે, અને એ મેળવવાનું સહેલામાં રહેલું માધન દ્રવ્યમાં દ્રવ્યો માર્ગ તે ધ્યાનમાર્ગ છે. માટે ધ્યાનની જરૂર છે. ત્યાર પછી તેઓશ્રીએ ધ્યાનથી શરીર, મન અને બુદ્ધિનું ચતુર્નવનિર્માણ અને એને લીધે થતા ફાયદા વગેરે સમજાવ્યા

ડૉ. હરિવદનનું પરિવર્તન

[મુંબઈ, એપ્રિલ ૧૯૬૧]

ડૉ. દેદારનાથ પાઠકના મોટા પુત્ર ડૉ. હરિવદન શરૂ-આતમાં પૂજ્ય ગુરુદેવને નહોતા મનતા તેમજ ધ્યાનયોગની લાઝમમાં પણ તેમને શ્રદ્ધા ન હતી. એક વાર ડૉ. પાઠકે પોતાને ઘેર પૂજ્ય ગુરુદેવની પધરામણી કદી અને લોજનને કાર્યક્રમ રાખેલો તો તે વખતે ડૉ. હરિવદન ઘેરથી બહાર ચાલ્યા ગયેલા. મોતી મેન્શનમાં ધ્યાન કેન્દ્રમાં ડૉ. પાઠક નિયમિત સાધના માટે તથા પૂજ્ય ગુરુદેવની સેવા માટે આવતા. તેમના ખીજા પુત્રો નીતિન, નયન, દીપક તથા મંદીપ પણ ધ્યાન માટે નિયમિત આવતા તથા શ્રી ધ્યાન-યોગી મંદળને પોતાની સેવાઓ આપતા. શ્રી. દીપક તથા મંદીપને તો ગુરુકૃપાથી બહુ મરમ ક્રિયાઓ અને અનુભવો થતાં. મોતી મેન્શનનું ધ્યાન કેન્દ્રનું મકાન ચેચાવાનું હોવાથી ૧૯૬૫ના ઓગસ્ટમાં વરલી પર મારે ઘરે શ્રી ધ્યાનયોગી મંદળની પ્રવૃત્તિઓ શરૂ કરવામા આવી. શ્રીહનુમાનદાદાની મૂર્તિ પણ મારે ત્યાં પધરાવવામા આવી.

૧૯૬૬ના એપ્રિલમાં બંધવડમા શિખર પ્રતિષ્ઠા અને પંચકુંડી યજ્ઞ પ્રસંગે મારે ત્યાંથી મો બંધવડ ગયેલા. તે વખતે શ્રીહનુમાનજીની મૂર્તિનું પૂજન નિયમિત ચાલુ રહે તે માટે તે મૂર્તિ ડૉ. પાઠકને ત્યાં પધરાવવામાં આવી હતી. બંધવડમાં શિખર પ્રતિષ્ઠા અને યજ્ઞનો આરંભ થયો તે જ દિવસે મુંબઈમાં શ્રીહનુમાનજીની અને પૂજ્ય ગુરુદેવની કૃપાથી એક દૈવી ગમતકાર જેવો પ્રસંગ બન્યો.

સવારમાં વહેલા ડો. પાઠક શ્રીહનુમાનદાદાનું પૂજન કરીને
ધ્યાનમાં બેઠા હતા. ડો. હરિવદન ત્યાં થઈને પત્તાર થયા.
તેમને એકાએક મૃતિમા પ્રકાશ દેખાયો અને બેલાન
થઈને તેમના પિતાના બોળામાં પડી ગયા. ડો. પાઠક
જાગૃત થયા અને તેમને આશ્ચર્ય થયું કે આ શું થયું ?
ચોરી જ વારમાં ડો. હરિવદન જાગૃત થઈને ગળગળા અવાજે
શ્રીહનુમાનદાદા પાને અને તેમના પિતા પાને ગડવા
લાગ્યા અને માફી માગવા લાગ્યા. તેઓ બોલ્યા કે, “આજ
સુધી હું નહોતો માનતો. મારી ભૂલ થઈ છે મને માફ
કરો. હવે શુરુથી માનું છું મને એમનામાં શ્રદ્ધા છે
મારે એમના દર્શન કરવા છે મને જલદી એમની પાસે
લઈ જાવ”

આ સાંભળીને ડો. પાઠકના આનંદનો પાગ ન રહ્યો તેઓ
મનોમન શ્રીહનુમાનદાદાનો અને પૂજ્ય શુરુભનો ઉપકાર
માનવા લાગ્યા, તથા ડો. હરિવદનને પ્રેમથી લેટીને માત્વન
આપ્યું કે, ‘કાઈ બગડી નથી ગયું. પૂજ્ય શુરુદેવની કૃપાથી
બધું સારું થયું છે પૂજ્ય શુરુદેવની આપણા ઉપર
પ્રભ કૃપા છે યજ્ઞની ફળાંદુતિ થયે એઓશ્રી મુળદર્શ
પધાંગે અને આપણને એમના દર્શન થશે જ હમણા આ
હનુમાનદાદા આપણે ત્યાં બિરાજે છે તેમના દર્શન અને
પૂજનથી આપણું કલ્યાણ થશે’ આ પ્રમ ગથી ડો. હરિવદનના
જીવનમાં પૂરેપૂરે પલટો આવે ગયો કે અને તેઓ પાડ
તેમના પિતાની જમ જ પૂજ્ય શુરુદેવના અનન્ય
લજા બની ગયા છે નિર્ધારિત માધનામાં બેને છે નાને
તેમને વિન્ય અનુભવો થાય છે આ પ્રમ જ પછી પોતની
વાર જય રે ૧૯૬૬ના જુલાઈમાં પૂજ્ય શુરુદેવ મુળદર્શમાં
પધાયાં ત્યારે તેઓશ્રી ડો. પાઠકને ત્યાં જ બિતયા અને

ડો હરિવદને પણ તેઓઘીની અકુર્નિંગ લાવપૂર્વક નેવા
કરી અત્યાગે પણ પૂજ્ય ગુરુદેવ ડો પાડડને ત્યા હોય ત્યાગે
ત્યા જનાગ મર્વ માધડોને ડો હરિવદનની આદર્શ ગુરુનેવા
જોવા મળે છે

૮

મગુણ ઉપામના

[મુ મર્મ, તા ૧૮-૬-૧૮૧૮]

આગે પૂજ્ય શ્રી ગુરુદેવે ચોગ્ગંદગતા મુવગાજ માટેમશ્રી
ઉદયભાવુનિ હજીને મગુણ ઉપામના રિયે ગમલવતા ઝળું કે
મગુણ ઉપાસના એજે મગુણ પૂજ તે જડુ જ નિયમિત અને
પદ્ધતિમગ થવી જોઈએ કોઈ વાર પૂજ થાય અને ડે ઈવાગ
ન થાય તે ન થાકે એવું થાય તો એનુ દગ ન મળે જેમ
આપણા ઘેગ કોઈ મહેમાનને જોલાવીએ પછી પહેલા દિવસે
એમની મગલગ કરીએ પણ પછી એમની પગવા ન કરી મે તો
મહેમાનને પ્રેમ લાગે ? જોડે દેવતા બધે જ હાજર છે મો
મોના લોડમા પણ છે પણ આપણે ઉપાસના કરીએ ડીએ
ત્યારે તે દેવતા મૂર્તિમા કે છબીમા હાજર થાય છે એમની
પૂજ નિયમિત પૂજ લાવથી રવામા આવે તો જ દગ મળે છે

રાજકોટમાં સમૂહધ્યાન

[રાજકોટ, તા ૧૫-૮-૧૯૬૫]

પૂજ્ય ગુરુદેવ હમણાં છેલ્લા ૫ દર દિવસથી રાજકોટમાં બિરાજે છે. અહીં પહેલી જ વાર સમૂહ યાનનો ઈર્થક્રમ બગબર ચાલી રહ્યો છે. આ વિષય અહીં તફાવત હોવા છતાં ઘણા લોકો વ્યાન માટે આતુર હોનાથી લોકોમાં ઉત્સાહ બહુ છે. રોજ લગભગ ૧૫૦ થી ૧૬૦ પુરુષો, સ્ત્રીઓ અને બાળકો મગીને નિર્ધારિત ધ્યાનમાં આવે છે. લગભગ બધાને ધ્યાન મારુ લાગે છે. કેટલાકને તો મુદ્રાઓ વગેરે મારી ક્રિયાઓ થાય છે. બીજાને નવા નવા અનુભવો થાય છે. લગભગ ૧૦-૧૫ જણાને તો વ્યાનનો સમય પૂરો થયા પછી રોજ જગાડના પડે છે. જગાડવામાં ઘણા સમય જાય છે.

અહીં ની વ્યવસ્થા મ. રા. મોટા લાર્ડશ્રી મુકુલ લલાર્ડ એ કરી છે અને બધું જ મરસ રીતે વ્યવસ્થિત રીતે આવે છે. બીજા લાર્ડશ્રીનો સહકાર સારો હોવાથી ધ્યાન માટે હાલ, લાર્ડશ્રી તથા પાથશ્વાની શેતરજીઓ વગેરે પણ મગી ગયા છે. અહીં પણ પોળ દગ્ની જેમ શ્રી ધ્યાનયોગી મહા કાયમનુ ન્ધપાર્થ જશે અને ધ્યાનની પ્રવૃત્તિ કાયમી બાબત હોશે એમ લાગે છે. સમૂહધ્યાન માજના જાવી દા. આવે છે. ધ્યાન પહેલા પૂજ્ય મુકુલાર્ડ બધાને જરૂરી સૂચનાઓ આપે છે અને ધ્યાન પછી માથકોના નવા અનુભવો વાચી સભાગવવામાં આવે છે. તથા પૂજ્ય ગુરુજી માથકોને નવા

અનુભવોના આધારે મન્વન્તરો તથા માર્ગદર્શન આપે છે. વાતાવરણમાં ડોઝ દિ ય આનંદ ભરેલો હોય એવો અનુભવ વાળ છે દરદરથી જ કશું જોટમાંથી તથા જાગનાવ રંગમાંથી, ભક્તિનગરમાંથી ધ્યાનમાં ભેગવા લોકો આવે છે સમાજના મન્વન્તરમાંથી તથા ઉચ્ચ સ્તરમાંથી પણ લોકો આવે છે

મનારે ૧૦ મુધી પણ થોડા પૂજ્ય ગુરુજીએ પનદ કે નાધોડો જે એમની પાને ધ્યાનમાં ભેગવા આવે છે તે બધને મન્વન્તર દ્ય ન લાગે છે તથા અનુભવ દિ ય અનુભવો સાથે તેમની પ્રગતિ થઈ તી છે મનારે ૧૦થી ૧૧-૩૦ અને બપોરે ૩ ૩૦થી ૫ ૦૦ મુધી પૂજ્ય ગુરુદેવ માથે સુલાખાતનો મમય છે ડોઝ પણ ૮ ૬ અથવા બહેન તેઓશ્રીને તે મમયે મળી શકે છે અને શક્યોના સુલાખા મે ભવતાનો ઉલેખ મેળવી શકે છે અને માર્ગદર્શન મેળવી શકે છે અને લોકો પોતાની માધનાની શક્યો અને મે ભવણો લઈને આવે છે

૬ મુખર્ષી રાજગોટ તા ૧૧-૮- ૫થી તા ૧૫ ૮ ૫ મુધી ગયેલો એ દરમિયાન પૂજ્ય ગુરુદેવ ઘણાના પ્રશ્નોના જવાબ આપતા અને માર્ગદર્શન આપતા તે માણવાનો મને અનુભવ લાભ મળ્યો પણ તેમાંથી કોઈક જણના દાખલા નોંધવા જેવા છે જે વાચવાથી બીલ્લ ઘણા માધોને માર્ગ દર્શન મળ્યો

સાધના દરમિયાન ગંભીર વધી જાય તેના ઉપાયો

એક બહેન આવેના મન્વન્તર વર્ગના હતા માતાજીના ઉપાસ- હતા ઘણા વરનોથી રાજ શ્વાજો સુધી માતાજીની

પૂન, ૪૫ વગેરે કંઈ છે પણ પાચ છ વગમવી તેમનું મન
એકાગ્ર થઈ જાય છે ધ્યાન લાગી જાય છે કોઈ વાગ ગરીબ
કપારી પતા વાય છે પણ જો ત્રણ વગમથી એમને ગરીબ
બહુ ન બળતરા થાય છે આ ત્રાન મહન ન થવાવી તે બહેન
એક દળમા પાણી લાગીને એના દલાકો મુઘી બેગી નહે છે
હજી પૂન વગેરનો મર્યાકમ નાલુ ગબ્યો છે આ ક્રિયાઓ
માધી થાય છે તે આ બહેનને બળ નથી કોઈ વાગ પૂન
કળતા કળતા તેઓ બેલાન પણ થઈ જાય છે એક વાગ
તો એમના પતિએ ડોક્ટરને બોલાવેલા ડોક્ટર ઈન્જેક્શન
માપવ ની તૈયારી કરતા હતા તેવામા તેઓ લાનમા આવી
ગયા તેવી ડક્ટર ઈન્જેક્શન ન આપ્યું આ બધ અનુ-
ભવે થી આ બહેન તથા તેમના પતિ મૃગાઈ ગયેલા અને
પૂન્ય શુરુએ ગાજકોમા આવ્યા છે તે મમાથાગ લાણીને
તેઓના શરો અભ્યા

પૂન્ય શુરુએ આ બહેનને મમજાવ્યું કે એકાગ્રતાથી
પૂન વગેરે કરતા કરતા તેમની કુડલિની શક્તિ જાનત થઈ
ગઈ છે અને એમના શરીર વગેરેની શુદ્ધિ કરવા અને
એમની પ્રગતિ કરવા માટે આ શક્તિ અમુક ક્રિયાઓ કરે છે
તેમા ગરમી પણ ઉત્પન્ન થાય છે તે વખતે ચોખ્ખું ડા
ઉપચારો કરવા જોઈએ તે ઉપચારો નીચે પ્રમાણે છે

- (૧) ઘી દ્વધ, મ ખણ મધ વગેરે જોગામા વધ ૭ લેવા
- (૨) મોસળી, નાળિયેરનું પાણી વગેરે ફળો લેવા
- (૩) મરચું, તેલ, વગેર તામસી ખોર ક બધ ફળો દેવો
અને સાત્ત્વિક ખોરાક લેવો
- (૪) પગના તળિયામા અને હાથની હથેળીઓમા

કાંચાની વાટકીથી એરંડિયું ઘસવું, કાંચાની વાટકી કાળી થઈ જશે.

(૫) હાથપગમાં મેંદી વાટીને ચેપલી કરીને પણ મૂકી શકાય.

(૬) માથે દૂધી ખમણીને મૂકવાથી પણ ગર્ભી જેની લે છે.

(૭) કાળી માટીનો પેંક પણ માથે મૂકી શકાય.

આ બધા ઉપાયો કગવાને બદલે આ બહેન પાણીમાં ઝેમી રહેતા. એ કેમ જીવતા ગયા એ જ પૂજ્ય ગુરુદેવને નવાઈ લાગે છે આવું કરવાથી મનેપાત થાય અને મરી જાય અથવા લકવો પણ થઈ જાય કુંડલિની શક્તિની— માતાજીની કૃપા છે કે આવું કાર્જ આ બહેનને ન થયું હોય એમણે જ્ઞાનો—ધ્યાનનો સમય આપો કરી નાખ્યો જોઈએ. અડધા કલાકનો જ સંક્રમણ કરીને જેમવું જોઈએ અને ઉપગ જણાવેલા ઉપચારો શરૂ કરી દેવા જોઈએ એક અઠવાડિયું આ પ્રમાણે કરીને પછી ફરી પાછા મળી જવાનું એમને પૂજ્ય ગુરુદેવે કહ્યું

ધ્યાન માટે એકાંત જરૂરી છે ? પાત્રતા જરૂરી છે ?

એક દિવસ બીજા એક ભાઈએ પૂજ્ય ગુરુદેવને પ્રશ્ન કર્યો કે ધ્યાન મમૂહમાં કરી જ ન શકાય ધ્યાન તો ગુપ્ત રીતે અને એકાંતમાં જ કરાય વળી પાત્રતા હોય એવાને જ ધ્યાન કરાવાય એવું મારું માનવું છે આપ તો ગર્વને સમૂહધ્યાન કરાવો છો એમ કેમ ?

આનો જવાબ પૂજ્ય ગુરુદેવે બહુ સરસ આપ્યો.

તેઓએ કયું કે ધ્યાન સમૂહમાં ન લાગે, એકાંતમાં જ લાગે તેનો જવાબ તમે અહીં અમારું ધ્યાનનું કાર્ય થઈ રયું છે તેમા આવીને જુઓ તો મળશે. સમૂહમાં બધાને સરસ ધ્યાન લાગે છે અને અનુભવો થાય છે તે જાતે તમે જોઈ શકો છો. સારા કાર્યો-ધાર્મિક કાર્યો સમૂહમાં થાય તેમ બધા જ ધર્મોમાં બતાવેલું છે. બધા જ ધર્મોમાં પ્રાર્થના સમૂહમાં થાય જ છે ને! બધા સાથે મળીને ભજનકીર્તન અને પ્રાર્થના કરવામાં એક પવિત્ર આધ્યાત્મિક વાતાવરણ સરળતય છે તે વાતાવરણની અમર એક વાર તો નાસ્તિકો ઉપર પણ થઈ જાય છે ખાસ કરીને સમૂહમાં સાથે ધ્યાનમાં બેસવાથી તો બહુ જ લાભ થાય છે ને નવું જ પવિત્ર વાતાવરણ સરળતય છે. ન લાગતું હોય એવા માધકોને પણ એનાથી જલદી ધ્યાન લાગે છે અને બીજાઓની પ્રગતિ જલદી થાય છે. આપણા ગાયત્રી મંત્રમાં પણ સમૂહધ્યાનનું મહત્ત્વ બતાવેલું છે. એમાં 'ધોમહિ કહેલું' છે, એટલે કે અમે ધ્યાન ધરીએ છીએ. હું ધ્યાન ધરું છું એમ નથી કયું.

પાત્રતાની બાબતમાં પૂજ્ય મહારાજશ્રીએ મનમ મનજણ પાડી. તેઓશ્રીએ કહ્યું કે પાત્રતા હોય એને જ આ લાઈનમાં લાવવો એ વાત યોગ્ય નથી પાત્રતા હોય એને પછી કરવાપણું શું છે? જે માણસ વિદ્વાન છે તેને લણાવવા જેવું જ શું હોય? તેમ જે પાત્ર હોય એટલે જેણે આ વસ્તુ મેળવેલી છે તેને પછી આપવા જેવું શું હોય? બીજો મુદ્દો લણેલાને શાળામાં અભ્યાસ માટે જવાની જરૂર ન હોય. જે કંઈ જાણતા નથી એને જ પહેલેથી લણવાની જરૂર છે. વળી આ લાઈનમાં આવ્યા

પછી ગદ્ગદ વાતચીત થતાં માણસની ચિત્તશુદ્ધિ થવા માંડે છે અને આપોઆપ પાતળા આવવા માંડે છે. તમારે ખાતરી કરવી હોય તો અત્યાર સુધીમાં ઘણા માધકોના દેવબાવ આ લાઈનમાં આવ્યા પછી—ધ્યાન લાગવા માંડ્યા પછી સુધરવા માંડ્યા છે. એમને મળીને આની ખાતરી કરી શકો છો.

ધ્યાન માટે બ્રહ્મચર્ય અનિવાર્ય છે ?

એક ભાઈએ એક મહત્ત્વનો પ્રશ્ન કર્યો કે નૈષ્ઠિક બ્રહ્મચર્ય પાળ્યા સિવાય ધ્યાન લાગે જ નહીં અને તેવું બ્રહ્મચર્ય બહુ જ મુશ્કેલ છે અને આપ તો બધાને એમ જ ધ્યાન કરાવો છો, તો પ્રશ્ન એ થાય છે કે ધ્યાન માટે નૈષ્ઠિક બ્રહ્મચર્ય અનિવાર્ય છે ?

ઉપરના પ્રશ્નના જવાબમાં ગુરુદેવે સમજાવ્યું પાડી કે, આ લાઈનમાં બ્રહ્મચર્યનું પાલન જરૂરી છે, પરંતુ એનો અર્થ એ ન થાય કે નૈષ્ઠિક બ્રહ્મચર્યના પાલન સિવાય ધ્યાન થઈ શકે નહીં. આમાં કાંઈ કઘવા જેવું છે જ નહીં. હા, એટલું ખરું કે, ચક્રવેધનની ક્રિયાઓ થતી હોય તે દર્શનમય બ્રહ્મચર્ય પાળવામાં આવે તો ઝડપી પ્રગતિ થાય અને એ વખતે બ્રહ્મચર્ય ખંડિત થાય તો જેમ એક માણસ નો રૂપિયા કમાતો હોય અને નો ખર્ચી નાખે, તો દરું બચે નહીં અને લાભ થાય નહીં તે જ રીતે બ્રહ્મચર્યનું પાલન થાય તો તે શક્તિ જમા થવાથી પ્રગતિ થાય. બ્રહ્મચર્યના ખંડનથી બગત થાય નહીં. પણ માધક માધનાકાળમાં બ્રહ્મચર્ય પાળે તો પ્રગતિ ઝડપી થાય છે અને બ્રહ્મચર્યનું ખંડન થાય તો મંદ ગતિએ થાય છે એટલે જેટલો ધારીએ એટલો લાભ ન થાય.

ચક્રવેધન થઈ ગયા બાદ દરેક કામમા નિયમિતતા આવી જાય છે. ધ્યાન મુંદુ લાગવા માટે એટલે સાધકને આપોઆપ બીજી પ્રવૃત્તિઓની જેમ વિષયવાસના પણ ઓછી થઈ જાય છે અને ઘણા સાધકોને જાત જાતના વ્યગ્રનો આપોઆપ છૂટી જાય છે.

આપણા મહર્ષિ વશિષ્ઠ એક મહાન યોગી હતા અને અદ્ભુત શક્તિ ધરાવતા હતા એમને સો પુત્રો હતા તે તેઓ બ્રહ્મચારી હતા એમ કેમ કહેવાય? આવા દાખલાઓ આપણામા ઘણા મળે છે

આ પ્રમાણે આ લાઈનમા આવતા નૈઋત્ય બ્રહ્મચર્ય ત્રિવાય ધ્યાન ન થઈ ગકે એવો ખોટો ખ્યાલ મમાજમા પ્રવર્તે છે અને તેથી આ ધ્યાન લાઈનમા આવતા લોકો ડરે છે પૂજ્ય ગુરુદેવશ્રીએ આ એક અતિ પ્રચલિત ભ્રમ દૂર કરીને સાધકો ઉપર ખોટો ઉપકાર કર્યો છે

યોગ્ય ગુરુના માર્ગદર્શન વિના હૃદયોગના પ્રયોગો કરવા એ ભોખમકારક છે

ત્રીજા એક બાઈએ એક વાર પૂજ્ય ગુરુદેવ પાસે પોતાનો ઇતિહાસ કહ્યો અને તેમની તકલીફ દૂર કરવા એઓશ્રીને વિનંતિ કરી તેઓ રાજકોટમા એક મંદિરના પંતરી હો અને હૃદયોગના પ્રયોગો ઘણા વરસથી કરે છે તેઓ ગ્રાહાયામ તથા મૂલજ ધ કાયમ કરે છે પહેલા તો મૂલજ ધ યોડી મિનિટ જ કરતા હતા પણ છે વા યોડા વસોથી કલાકો સુધી મંદિરમા પાઠ, અનુષ્ઠાન વગેરે કરવામા મૂલજ ધમા જ બેસી રહે છે એમની તળિયત બગડી છે. રોજરી અને આતરડા તદ્દન નબળા પડી ગયા છે જગ પણ પચતુ નથી ગેસ રહ્યા કરે છે ગલરામણ થાય છે,

ડોક્ટરોની દવા કરી પણ ફેર ન પડ્યો છેવટે એક ડોક્ટરે કહ્યું કે આ કોઈ કુદરતી બીમારી છે. તો કુદરતી ઇલાજ જ કરો. હવે તે ભાઈએ માલખું કે એક ધ્યાની મહારાજ રાજકોટમા પધાર્યા છે. તેઓ આ યોગી મહારાજના શબ્દો આંધ્યા છે.

આ ભાઈના એક માથીદાર હતા. તે આવો જ પ્રયોગ કરતા હતા. બંનેએ માથે જ ચાકુ કરેલા એમની તબિયત પણ બગડી, તેઓ તો એવા કંટાળી ગયા કે તેમણે આપઘાત કર્યો.

પૂજ્ય ગુરુજીને આ ભાઈની વાત માલજીને ખબર જ દયા આવી અને તેમણે સમજાવ્યું કે હઠયોગના પ્રયોગો યોગ્ય ગુરુના માર્ગદર્શન વિના ન કરાય. મૂલબંધ અને પ્રાણાયામને લીધે પ્રાણની ખોટી ગતિ થવાથી એમની તબિયત બગડી છે. તેઓ કેવી રીતે જીવતા રહ્યા એ જ નવાઈ લાગે છે. મૂલબંધ પ્રાણાયામ કરતા હોય ત્યાં સુધી જ કગય પ્રાણાયામ સિવાય કલાકો સુધી ન થાય ખાલી જોવા ખાતર જ લાખા વખત મૂલબંધ કરવાથી અપાનવાયુની ઊર્ધ્વગતિ થયા કરે અને આંતરડાને અને હોઝરીને નબળા પાડે, તથા બીજી નુકસાન થાય છે. મુબઈમા એક સાધક ચગવંતગય વ્યામને પણ આમ જ થતું હતું અને પૂજ્ય ગુરુદેવે માદા પ્રયોગથી એમની તબિયત એક અકવાહિયામા સારી કરી નાખેલી. એમ આ ભાઈને પણ એઓશ્રીએ આઠ દિવસ રહી સ્વાસ્થ્ય આવવાનું કહ્યું. તે દિવસે એઓશ્રી તેમને સાદો પ્રયોગ બતાવશે આ પ્રયોગ કરવાથી તેમની તબિયત સુધરી જશે.

સાધકે ખંત અને ધીરજથી અભ્યાસ ચાલુ રાખવો જોઈએ

એક દિવસ એક ભાઈએ પ્રશ્ન કર્યો કે, “મને ધ્યાન લાગે છે અને આનંદ આવે છે પણ હજી વિચારો બંધ થતા નથી. તો મારા વિચારો બંધ કયાં થશે ?”

પૂજ્ય ગુરુદેવે બહુ જ સ્પષ્ટ રીતે સમજાવ્યું કે તમારે વિચારોને આવવા દેવા. રોકવા પ્રયત્ન ન કરવો. સાશીલાવથી વિચારો આવે તેને તટસ્થતાથી જોયા કરવા. રોકવા પ્રયત્ન કરશો તો તે રોકાશે તો નહીં પણ તે વિચારોને રોકવાના નવા વિચારો આવશે. માટે જ ‘સાધક મંદેશ’માં જાંબુ વીણવાનો દાખલો આપ્યો છે. તેની ચાદ દેવડાપી. જાંબુ વીણવામાં ધ્યાન રાખવાને બદલે છોકરાઓને ફર કાઢવામાં રહી ગયા તો જાંબુ પણ ખોયા અને છોકરાઓ પણ ન ગયા. આ પ્રમાણે આવતા વિચારોને રોકવા પ્રયત્ન કરીએ તો એ વિચારો તો રોકાય નહીં પણ નવા વિચારો આવવા લાગે. એના કરતાં એની પરવા જ ન કરીએ તો થોડી વારમાં એ વિચારો ઓછા થવા માંડશે. સમાધિ કેમ નથી લાગતી, વિચારો બિલકુલ બંધ કેમ નથી થતા એની ચિંતા ન કરવી જોઈએ. હવે તમારી સક્રિય જાગૃતિ યઈ છે અને ધ્યાન લાગવા માંડ્યું છે. તો જરૂર સમાધિ લાગશે માગ પ્રાપ્ત થઈ થઈ જશે છે. ધીરજથી ખંતથી એના ઉપર આદ્યા જલ્લ તે આપણું કામ છે. જરૂર સ્થાને પહોંચ્યું એવી ઘડતા માઘે અભ્યાસ ચાલુ ગણો. આપણે કેવો જોદતા હોઈએ ત્યારે પાણી આવે ત્યાં મુખી માટી કાઢવા જ કરીએ છીએ. થોડી માટી કાઢીને રોજ વિચાર કરવા નથી જોમતા કે હજી પાણી કેમ ન આવ્યું ? જોમ કરશું તો જલદી કંટાળી જઈશું, ધાત્રી જઈશું. જેવી રીતે આપણે

ચૂલા ઉપર ભાત ચડવા મૂક્યા હોય ત્યારે તપેડીમા ચોખા તથા પાણી ભરીને ચૂલા ઉપર મૂક્યા પછી નીચે બળતું કરતું એ જ આપણું કામ છે. એની મેળે એનાથી ભાત સમય થતાં ચડી જશે પણ ઘડીએ ઘડીએ ઢાંકણી ઉતારીને જોયા કરીએ કે ભાત હજી કેમ ચડતા નથી, તો ભાત ચડતા વાર લાગશે. જેમ કેરીના ગોટલાને જમીનમા વાગ્યા પછી એને પાણીનું મિંચન કરતા ગહેવાથી સમય થતા તે મોટું જાડ થશે અને આપણને કેરી આપશે પણ જો અધીગ થઈને રાજ રાજ જમીન ખોદીને જોઈએ કે ગોટલીમાંથી આવો થયો કે નહીં, તો ગોટલામાંથી છોડ પણ થશે નહીં અને કેરી પણ મળશે નહીં. તેમ ધ્યાનમા જોસીને જો રાજ વિચારે ચડી જઈએ કે હજી સમાધિ કેમ નથી લાગતી, હજી વિચારો કેમ બંધ થતા નથી, તો તે આપણી પ્રગતિમા વિધરૂપ જ થશે.

૧૦

ડૉ. પાઠકને ત્યાં ‘ગુરુપૂર્ણિમા’નો ઉત્સવ

[મુંબઈ, તા ૫-૭-૧૯૧૬]

આ વખતે પૂજ્ય ગુરુદેવ તા. ૨-૭-૧૯૧૬ ના રોજ અમદાવાદથી પ્લેનમા મુંબઈ પધાયો ત્યાગથી તેઓથી ડૉ. હેદારનાથ પાઠકને ત્યાં જિતયાં છે તે દિવસે ગુરુપૂર્ણિમા હતી. તેથી ગુરુપૂજન બહુ સરસ રીતે કરવામા આવ્યું. રાતના સંગીત-ભજન કીર્તનનો કાર્યક્રમ હતો.

ખીજે દિવસે તા. ૩-૭-૧૯૬ ના રોજ રવિવાર હતો. નિયમ મુજબ મમૃહધ્યાનનો કાયંકમ વરલી ૫૦ મારે ત્યાં ગખવામાં આવેલો. ઘણા માધકો આવેલા. ત્રણેય રૂમ ભરાઈ ગયેલા. પૂજ્ય ગુરુજીએ મંત્રોચાર કર્યો બધાને મરમ ધ્યાન લાગેલું. પૂજા ૧ આનંદ આવ્યો.

ડા. પાઠકને ઘેર રોજ ગતના ૬ થી ૧૦ સુધી મમૃહ-ધ્યાનનો પ્રોથામ હોય છે. બધા જિજ્ઞાસુ સાધકોને લાલ મળે એટલે પૂજ્ય ગુરુજીએ જ આ પ્રમાણે રખાવેલ છે અને પોતે રોજ મંત્રોચાર પણ કરે છે. એથી મૌ માધકોને પૂજા જ આનંદ આવે છે. ધ્યાનમાં પ્રગતિ પણ મારી થાય છે. ઇયાન પૂરું થયા પછી માધકો પૂજ્ય ગુરુદેવશ્રીને પ્રશ્નો પૂછે છે. ખાસ કરીને નવા સાધકો તેમની શંકાઓના અમાધાન માટે અને માર્ગદર્શન માટે પ્રશ્નો પૂછે છે ત્યારે પૂજ્ય ગુરુજી જે ઉત્તરો આપે છે, શંકાઓનું સમાધાન કરે છે તથા માર્ગદર્શન આપે છે તે માલજવાનો લહાવો અનેરો હોય છે. પૂજ્ય ગુરુદેવનું સ્વરૂપ એ વખતે દિવ્ય લાગે છે તેઓશ્રીના મુખ ઉપરના લાવ દોઈ કિરત્તા જેવા હોય છે અને આખમા અમક જુદી જ દેખાય છે. આપણને એમ લાગે કે જાણે એઓશ્રીના આ સ્વરૂપના દર્શન કર્યા જ કરીએ. એમના મુખ ઉપરથી આખ હઠાવવાનું મન જ ન થાય અને જાણે એમના આ જ્ઞાનમય શબ્દો સાલગ્યા જ કરીએ. ગુરુકૃપાથી જ આવો અલભ્ય લાલ મળી શકે છે તેઓશ્રી રોજ દા વ્યાવહારિક દાખલા-દષ્ટાંતોથી ભંરપૂ-દલીલો કરીને આપણને તેમની મરજ ભાષાથી જિંદુ જ્ઞાન મય રહુમ્ય મમજવે છે અને સ્પષ્ટ માર્ગદર્શન આપે છે. એકંદર તેઓશ્રીનું પ્રવચન એવું ઉપયોગી હોય છે કે એક

એક ગજ્જ શ્રુતિવાક્ય જેવું હોય છે અને ટેઈપરેકોર્ડ કરી લેવા જેવું હોય છે. મને દુઃખ થાય છે કે હું ચોઈહેન્ડ નથી બાળતો, નહીં તો તેઓશ્રીના મુખમાથી નીકળેલ બધા જ ગજ્જોની નોંધ લઈ લેત છતાં, પણ અહીં જે ઠાઈ મુદ્રા મારી મંદબુદ્ધિ પ્રમાણે યાદ રહ્યા છે તે લખી નાખું છું જેથી જ્યારે પણ તે વંચાય ત્યારે એટલો તો લાભ મળે !

હઠયોગથી જાતે શક્તિ જાગ્રત કરવામાં થતો અનર્થ

છેતલા બે દિવસથી એક નવા જ માધકલાઈ ધ્યાનમાં આવે છે. તેઓ પ્રાણાયામ અને હઠયોગની મુદ્રાઓ વગેરેથી કુંડલિની જાગ્રત કરવા ચોડા વચસથી પ્રયત્નો કરે છે પણ તેમને કેટલીક ગારીબક તકલીફો રહે છે તે બાબતો વિષે તેઓએ પૂજ્ય ગુરુદેવ પાસે માર્ગદર્શન માગ્યું તેના જવાબમાં ગુરુજીએ મગ્ગ મુદ્રાઓ મમલ્લવેલા, જે નીચે પ્રમાણે હતા

“મનની એકાગ્રતા એ જ યોગ યોગ ચિત્તત્તિ નિરોધ ।
ઘણા હોઠોને યોગ વિષે ખોટો ખ્યાલ છે અને યોગને ખોટો હાઉ છે.

“હઠયોગના પ્રયોગો જેવા કે પ્રાણાયામ, નેતિ, ધૈતિ, બન્તી નોંલી, મુદ્રાઓ, બંધ વગેરે પુસ્તકો વાંચીને કે માલખી-ને કરવાના ન હોય. આ બધા પ્રયોગો પ્રાણને વશ કરવા માટે છે અને પ્રાણ વશ કરવો તે સિંહને વગ કરવા બગબર છે સિંહને વશ કરવામાં જરા પણ ભૂલ થઈ તો તે આપણને મારી ખાગે તેમ પ્રાણને વશ કરવામાં પણ નાની મરજી બરા થઈ તો ચડીરમા રોગો થાય અને મર્યુ પણ થાય એવા દાખલા બનેલા છે. યોગ્ય ગુરુના માર્ગદર્શનમાં રહીને

તેમના માર્ગદર્શન પ્રમાણે જ તે બધા પ્રયોગો ઠપ્પા
 ભેઈએ જુદી જુદી યોગસાધના, હઠયોગ તથા કર્મકાંડ વગેરે
 બધું જ યોગ્ય ગુરુની દેખરેખ વગર ન થવું ભેઈએ એમ
 બધા જ પુસ્તકોમાં લખેલું હોય છે રજત પ્રભુનું નામ-
 અમરણ એ એક જ છે, જેમાં ડોઘના માર્ગદર્શનની જરૂર
 નથી અને જાતે કરીએ છતાં કાંઈ નુકસાન થતું નથી પણ
 ફાયદો ઠરે છે યોગ્ય ગુરુની દેખરેખ વિના જાતે જ ભે
 પ્રાણાયામનો પ્રયોગ કરવો હોય તો કુભક વિનાનો ઈવો
 તેથી નુકસાન થતું નથી કુભક માથેના પ્રાણાયામમાં ચોક્કસ
 માત્રાઓ હોય છે [જેમ કે એક, ચાર અને બે] પૂરક, કુભક
 અને રચકની જે માત્રાઓ હોય તે બગાળર બગાડવી ભેઈએ
 તેમાં ભે જરા પણ ફેર પડે તો સાધકના આરાગ્યને નુક
 માન થાય છે વળી કુભક પછી રચક કગ્લી વળતે જે
 શ્વાસ બહાર નીકળે તે બહુ જ ધીમી ગતિએ નીકળવો
 ભેઈએ હથેળીમાં લોટ લઈને નાક પાસે રાખ્યો હોય
 તોપણ તે ઊઠવો ન ભેઈએ, એવી ધીમી ગતિ શ્વામની
 રચક વળતે હોવી ભેઈએ પણ કુભક પછી રચક શરૂ
 થતા જ શ્વામ ભેગથી નીકળી જવો ન ભવ છે, અને
 એમ થવાથી તદુર-તીને નુકસાન થાય છે

‘એ જ પ્રમાણે બધા, મુદ્રાઓ વગેરે ફાયદાકારક છે
 પણ તેમનો અતિએક થાય તો નુકસાનકારક બની પડે છે
 જેમ દૂધ અમૃત જેવું છે, પણ તે અતિગય લેવામાં આવે
 તો ઝેરનું કામ કરે છે અને અગિયત બગાડે છે તેમ બધા
 વગેરે પ્રમાણથી વધારે વળત મુધી કગ્વામાં આવે તો
 પ્રાણમાં વિનાશ થાય છે અને આરાગ્ય બગાડે છે રાજકોટ
 માં બે ભાઈઓ રોજન ડવાકો મુધી મૂળમધ કરીને

એમી રહેતા બનેની તબિયત બગડી આતંગડા તરૂન નમળા પડી ગયા અપાન રૂપિત થવાથી આ હાલત થઈ. બૂખ લાગે નહી અને ખાય તો પચે નહી જેમ નદ્યા કંઠે ડોન્ટર તથા વેદની દવાઓ ઘણી ડગી પણ ડેર ન પડ્યો માનસિક સ્થિતિ નબળી થઈ ગઈ તેઓ આગે દિવસ લયલીત અને નિરાશ રહ્યા કરે એક ભાઈએ તો આપઘાત કરીને જીવનનો અંત આણ્યો અને માલમયુ છે કે ખીન્ત ભાઈ પણ ખીમારીથી ગુજરી ગયા

“શક્તિચાલન મુદ્રા વિગેરેથી ઘણા ભાઈઓ શક્તિ જાગ્રત કરવા અને તેની ઊર્ધ્વ ગતિ કરવા પ્રયત્નો કરે છે પણ યોગ્ય ગુરુની દોરવણી વિના ક્ષેપ્ત પુસ્તક વાંચીને અથવા વાતો સાલણીને આમ કરવામા કેટલું જોખમ નહેલું છે તે તેઓ જાણતા નથી આવા સાધકોને નાડીશુદ્ધિ અને અકોની શુદ્ધિ થઈ ન હોય અને શક્તિચાલન મુદ્રા વિગેરેથી શક્તિ જાગ્રત કરાવીએ તો મળને લીધે તેના માર્ગમા અવરોધ હોય છે આવી સ્થિતિમા નીચેથી પ્રાણુનુ દબાણ થવાથી શક્તિની ઊર્ધ્વ ગતિ થવાને બદલે તેની આડી ગતિ થાય છે અને તેના અનથો થાય છે, જે સાધકને ભોગનવા પડે છે

નાનાં બાળકોને ધ્યાન જલદી કેમ લાગે છે ?

[મુબર્ક, તા. ૧૦-૭-૧૯૬૬]

એક નવા માધકલાઈએ ગુરુદેવને પ્રશ્ન કર્યો કે નાના બાળકોને જેમતાં વેંતજ ધ્યાન લાગી જાય છે. એમને તો પ્રાણાયામ કરવાની પણ જરૂર નથી પડતી. જ્યારે મને પ્રાણાયામ વગેરે કરવાથી પણ હજી ધ્યાન લાગતું નથી એનું કારણ શું ?

ત્યારે ગુરુજીએ ઉત્તર આપ્યો કે બાળકો તો ડેરી પાટી જેવા છે. ડેરી પાટી પર જે લખીએ તે લખાઈ જાય છે. જ્યારે આપણા બધા ઉપર તો આ હવનના અનેક મંસ્કારો પડેલા છે. તેથી પાટી ઉપર અનેક લિસોટા કરેલા હોય તેવા છીએ. માટે સંસ્કારો ભૂંસાય નહીં અથવા તો લિસોટો ભૂંસાય નહીં ત્યાં સુધી નહું કાઢી તે પાટી ઉપર લખી શકાય નહીં એથી જ મોટાઓને ધ્યાન લાગતા વાર લાગે છે. જ્યારે બાળકોને ગત જન્મોના સારા સંસ્કારો જ હોય છે. આ જન્મના ખરાબ મંસ્કારો તેઓને પડેલા હોતા નથી અને તેઓ એકદમ લોખા હોવાથી તેઓમાં અભિમાન, ઈર્ષ્યા, શંકા, ક્રુશ કાઓ વગેરે કાઈ પણ હોતું જ નથી તેથી તેઓનું કામ જલદી થાય છે

જેમ વરસાદનું પાણી પડતું હોય છે ત્યાં સુધી સ્વચ્છ હોય છે પણ જેવું જમીનને અડયું કે તેમાં માટી અને દગરો ભળે છે. પછી તેમાં ફટકડી-ગાળી મૂકીએ ત્યારે જ તે શુદ્ધ થાય છે. નાનાં બાળકોનું હૃદય વરસતા વરસાદના

પાણી જેવું છે. અને આપણું હૃદય જમીન પર પડેલા પાણી જેવું છે.

ધ્યાનમાં થતી ખેચરી મુદ્રા અને હઠયોગની ખેચરી મુદ્રા

તે જ નવા માધકલાઈએ પૂજ્ય ગુરુદેવને પ્રશ્ન કર્યો કે હઠયોગમાં ખેચરી મુદ્રા કેટલી મુશ્કેલ છે, જ્યારે અહીં તો ધણી સાધકોને ધ્યાનમાં ખેચરી મુદ્રા અને ખીજી મુદ્રાઓ તથા બધ વગેરે થાય છે જે આમાન્ય રીતે જલદી માવ્ય નથી એવું કારણ શું?

પૂજ્ય ગુરુદેવે જાના જવાબમાં ઠપ્પુ કે હઠયોગીઓ માટે ખેચરી મુદ્રા માવ્ય કરવી બહુ મુશ્કેલ છે તેઓ એ ટેકન, દોહન વગેરે ક્રિયાઓ કરીને જીભને પહેલા તો પૂમ જ લાખી કંઠી પડે છે તેમાં લગભગ છ કે છાત્ર મહિના માથાડટ કંઠી પડે છે તેમાં પણ જો જરા વધારે ડપાઈ જાય તો વાચા બધ થવાનો સંભવ છે પછી જીભને મોઢામાં અંદર લઈને ઊલટી કરીને તાળવે લગાડવાની હોય છે જ્યારે આ લાઈનમાં કુહલિની બદ્ધત થયા પછી માવકની પ્રગતિ માટે જરૂર હોય તો આપોઆપ ખેચરી મુદ્રા થાય છે એમાં સાધકને કાંઈજ કરવાપણું નથી ફક્ત શક્તિને શરણે જવાનું હોય છે, અને જે કાંઈ ક્રિયાઓ શરીરમાં થાય તે થવા દેવાની હોય છે જરા પણ તે ક્રિયાઓ રોકવા પ્રયત્ન કરવાનો ન હોય.

યોગીઓ જ ગલમાં ખેચરી મુદ્રા કરીને બેસી જાય છે. અને મહિનાઓ સુધી એમને ભૂખ કે તરસ લાગતી નથી. એમને ખાવાપીવાની કોઈ જરૂર હોતી નથી, તાળવામાં ઉપગ્રી અગ્તા અમૃતરસના બિંદુઓનું તેઓ પાન કરે છે. ખેચરી

મુદ્રા દ્વારા તે રચને ગળામાંથી હોજરીમા છોતરી જતો અટકાય છે અને આવી રીતે એનું પાચન થઈ જતું અટકે છે. ખેચરી મુદ્રા કરીને તેઓ ઘણા દિવસ મુઠ્ઠી ચલાવી શકે છે.

આ લાઘનમા ખેચરી તથા બીજી મુદ્રાઓ, બંધો પ્રાણાયામ વગેરે આપોઆપ શક્તિ દ્વારા જ થાય છે શક્તિ સાધકના શ્રેય માટે, એની પ્રગતિ માટે જે કાર્ય જરૂરી હોય છે તે બધું જ કરાવે છે ધ્યાનમાંથી બગ્યા પછી માધક તે બધું કરવા ધારે તો ન થાય માધકની શુદ્ધિ માટે, તેની નાડીઓની શુદ્ધિ માટે એટલે કે એના શરીરમા સ્થૂળ અને સૂક્ષ્મ જે મળે હોય તે દૂર કરવા માટે આ બધી ક્રિયાઓ શક્તિ કરાવે છે. પણ જાતે જો તે બધાં ક્રિયાઓ કરવા જઈએ તો બગબગ થાય નહિ અને શરીરને નુકસાન થાય. જેમ આપણા ઘરની આમપામ માંદસૂઝીનું કામ મ્યુનિસિપાલિટીવાળા કરે છે. પણ આપણે એમને કાઢી મૂકીએ અને જાતે સાંસૂઝીનું કામ કરવા લાગીએ તો બગબગ ન થાય વળી દોઢ દિવસ આજમ આવી ગઈ અને માંદસૂઝીનું કામ ન થયું તો કચરો વધી જાય અને ઘીમારી દેલાય પણ મ્યુનિસિપાલિટીને એ કામ સોંપી દઈએ તો તેઓ નિર્ચમલ એ કચ્ચાના અને બરાબર કચ્ચાના કારણે તેઓની દેખરેખ ગળવાવાળા હોય છે એવી જ રીતે નાડીશોધનનું કામ હઠયોગ દ્વારા આપણે જાતે કરીએ તો તેમા આવું જોખમ રહેલું છે પણ જો શક્તિની ગણ્ણાગતિ સ્વીકારીને એને જ સોંપી દઈએ તો તે જગ્ગ હશે તે સાંસૂઝી બરાબર કરશે. માટે જ માધકોને ધ્યાનમા નાડીની શુદ્ધિ માટે અને મળ દૂર કરવા માટેની જરૂરી ક્રિયાઓ આસન, પ્રાણાયામ, મુદ્રાઓ, બંધ વગેરે

આપોઆપ થાય છે. ધ્યાનમાંથી ઊઠ્યા પછી માધકને તેમાંથી કાંઈ પણ ન આવડતું હોય એમ પણ બને.

હૃદયોગની ક્રિયાઓમાં રહેલું લેખમ

ઉપરના અનુસંધાનમાં જ પૂન્ય ગુરુદેવે હૃદયોગમાં રહેલા લેખમેને સમજાવતાં કહ્યું કે રગરની નળીમાં જળ ક્યારે લત્તી ગયો હોય અને એને માફ કરવા એમાં જળ જ ભરેલી પાણીને પ્રવાહ નાખીએ તો શું પરિણામ આવે ? પાણીના પ્રવાહના ભરેલી ક્યારે મચ્છો હોય તે તો નીકળે કે ન નીકળે પણ નળી ફાટી જવાનો અથવા તો નળળી પડવાનો સંભવ થશે. આવી જ રીતે હૃદયોગમાં આસન, બંધ, મુદ્રાઓ કે પ્રાણાયામ દ્વારા પ્રાણનો પ્રવાહ ભરેલી વહેવડાવવામાં આવે ત્યારે નાડીઓમાં મળતમેલો હોય અને માર્ગ ખુલ્લો ન હોવાથી નાડીઓમાં નુકસાન થાય છે અથવા નાડીઓ નબળી પડે છે. ચાલીંયા આપણે

મળ તેની ગુદ્ધ કરવા માટે તેને જરૂરી એવી ક્રિયાઓ ગઠિત કરાવે છે. દરેક માધકના મસ્કારો બુદ્ધા બુદ્ધા હોય છે. અને તેથી જ દરેક માધકનો અનુભવ બુદ્ધો બુદ્ધો હોય છે.

૧૨

ધ્યાનમાંથી પનાણે જગાડવાથી નુકસાન થાય છે

[ગુ. ઈ. તા ૧૪-૭-૧૯૬૬]

એક માધકભાઈને દોષોન્નિયન છે અને છેલ્લા દોઢેક વર્ષથી માધના કરે છે તેમને ધ્યાન સારું લાગે છે પણ મમ્મુદ્ધ્યાનમાં બેસે ત્યારે ધ્યાનનો સમય પૂરો થયા છતાં જાગતા નથી અને ગેજ તેમને જાગત કરવા માટે બહુ પ્રયત્નો કરવા પડે છે તેમને ધ્યાનમાંથી જગાડવા પછી આજે પૂજ્ય ગુરુદેવે એક મહત્વનું સૂચન કર્યું જે બધા જ સાધકોને બહુ ઉપયોગી છે.

એઓશ્રીએ કહ્યું કે, “ધ્યાનમાં બેસતા પહેલાં સમય મર જાગવાનો સંકલ્પ કરવો જોઈએ જેથી સમય થતા તરત જ જાગી જવાય રોજ રોજ ધ્યાનમાંથી જળજળદત્તીથી જગાડવામાં આવે તો નુકસાન થાય છે અને પ્રગતિ અટકે છે હા, ત્યારે જ્યારે સમય વધારે હોય ત્યારે વધારે સમય સુધી ધ્યાનમાં બેસવું પણ સંકલ્પ પ્રમાણે જાગી જશું જોઈએ.”

ગકિત જાગ્રત થાય છે ત્યારે મોં જોલીને ખાવાનું માંગે છે

[મુનર્ષ, તા ૧૭-૭-૧૯૬૬]

એક બહેન હજી દસેક દિવસથી ૪ ધ્યાનમાં બેસવા આવે છે પણ તેમને છેલ્લા બે દિવસથી ધ્યાન સારું લાગે છે ધ્યાન ખૂબ ઊડું લાગે છે અને લાગે સમય મુધી રહે છે તેમનું માથું ગરમ થઈ જાય છે પૂજ્ય ગુરુદેવે તેમના પિતાશ્રીને લલામણ કરી કે તે બહેનને દૂધમાં ઘી નાખીને આપવું તથા માખણ વગેરે ઠંડી વસ્તુઓ આપવી જોઈએ ત્યારે તેમના પિતાએ કહ્યું કે તે બહેનને દૂધમાં ઘી નાખીને પીવાનું તથા માખણ વગેરે લેવાનું ગમતું નથી અને લાવતું નથી

પૂજ્ય મહારાજશ્રીએ એમને સમજાવ્યું કે શકિત જાગ્રત થાય ત્યારે નાડીઓમાં ગરમી વધે તો ઠંડી વસ્તુઓ લેવી જોઈએ ગરમ વસ્તુઓ લેવી કે તેલ, મરચુ વગેરે બધ કરવા જોઈએ નહીં તર ગરમી વધી જાય છે અને તબિયત બગડે છે તેમાંથી અનેક અનર્થ થવા મલક છે તે વખતે ડોક્ટર અથવા વૈદની દવા લેવાની બિનટી અમર થાય છે અને સ્વાસ્થ્ય વધારે બગડે છે પછી આવી ગીતે ગરમી વધી જવાથી તબિયત બગડવાના ઘોડાકે દાખલા પૂજ્ય ગુરુદેવે આપ્યા છેવટે એઓશ્રીએ કહ્યું કે, “ગકિત જાગ્રત થાય છે ત્યારે મોં જોલીને ખાવાનું માંગે છે તેને

આપણે સાત્ત્વિક જોરાક આપવો જોઈએ, નહીં તર તે આપણને ખાઈ જાય છે.”

- ૧૪ -

બ્રહ્મરંધ્રમાં કાળ પહોંચી શકતો નથી

[મુંબઈ, તા. ૧૭-૭-૧૯૬૬]

આજે રવિવારે સવારે વરલીમાં મારે ત્યાં નિયમ મુજબ સમૂહધ્યાનનો કાર્યક્રમ પૂરો થયા પછી થોડા સંધકે પૂજ્ય ગુરુદેવના સાન્નિધ્યમાં બેઠા હતા અને વાતાંલાપ ચાલતો હતો. તેવામાં પંડિત શ્રી દેવેન્દ્રવિજયજી ગુરુજીનાં હશને આવ્યા. એઓને ધ્યાનયોગ વિષે વધારે જાણવાની ઘણી ઉત્કંઠા હતા. તેથી પૂજ્ય ગુરુદેવને તેમણે કેટલાક પ્રશ્નો પૂછ્યા અને તેમના પ્રશ્નોના ખુલાસા ગુરુદેવ-શ્રીના સ્વમુખેથી સાંભળીને તેમણે ઘણો આનંદ વ્યક્ત કર્યો. તે બધામાંથી સૌને ખૂબ રસ પડે એવા પ્રશ્નો નીચે પ્રમાણે હતા :

પ્રશ્ન : કેટલાક યોગીઓ મૃત્યુ સમયે આત્માને હૃદયમાંથી ઉપર બ્રહ્મરંધ્રમાં ચઢાવીને મૃત્યુને પાછું હઠાવી શકે છે તેમ સાંભળ્યું છે. તે અત્યારે આ જમાનામાં સત્ય છે ?

જવાબ : હા. બ્રહ્મરંધ્રમાં જીવને ચઢાવીને મૃત્યુને હઠાવી શકાય છે. તે સત્ય વાત છે અને આ જમાનામાં પણ બને છે.

પ્રશ્ન : શું આવા યોગીઓ આ જમાનામાં છે ?

જવાબ : હા, આ સમયમાં પણ એવા યોગીઓ છે. એ વસ્તુ પ્રેક્ટિસથી સાધ્ય થઈ શકે છે. અક્ષરંધ્રમાં પ્રાણ ચડાવી દેવાથી મૃત્યુથી બચાય છે અને જીવન લાંબાવી શકાય છે કારણ કે અક્ષરંધ્રનો ભાગ સુરક્ષિત ભાગ છે. ત્યાં મૃત્યુ પહોંચી શકતું નથી. ત્યાં કાળ પહોંચી શકતો નથી. તે સ્થળ કાળથી પર છે. અક્ષરંધ્રમાં પ્રાણ ચડાવીને આપણે કલાકો કે દિવસો સુધી રહીએ છીએ પણ જાગીએ ત્યારે જાણે હજી બે જ મિનિટ થઈ હોય એમ લાગે છે. માટે તે સ્થળ કાળથી પર છે.

પણ યોગીઓ આવી રીતે પોતાનું જીવન લાંબાવ્યે રાખતા નથી કારણ કે જીવન લાંબાવવાનો હેતુ શો ? જીવનમાં સો વરસ જીવો કે હજાર વરસ જીવો એમાં શો ફેર પડવાનો ? જીવનનું ધ્યેય આત્મમાક્ષાત્કાર કરવાનું છે. તે પ્રાપ્ત થઈ ગયું પછી શરીર ટકાવવાનો મોહ યોગીઓને હોતો જ નથી. શરીરમાં એમને રમ હોતો જ નથી શરીર આત્યારે પડે કે વર્ષો પછી પડે એના માટે એમને પરવા હોતી જ નથી. તો પછી તેને વધારે ટકાવવા પ્રયત્ન શા માટે કરે ?

ધ્યાનથી સાધક ધીમે ધીમે અંતર્મુખ થતો જાય છે

[મુળર્ષ, તા ૨૨-૧૧-૧૯૬૬]

આજે એક સાધકભાઈને પૂજ્ય ગુરુદેવે સમજાવ્યું કે ધ્યાનના લાખા અભ્યાસથી સાધકનું મન ધીમે ધીમે અંતર્મુખ થવા લાગે છે જેમ કાચળો પોતાના અંગો અંદર સંકોચી લે છે તેમ જગતમાથી પોતાની વૃત્તિઓને અંદર જ સંકોચી લેવાની શક્તિ સાધકમાં આવે છે.

દીર્ઘશ્વાસની આપણી પ્રાચીન વિદ્યા

[મુળર્ષ, તા ૨૪-૭-૧૯૬૬]

આજ રવિવારે મવારે મારે ત્યાં સમૃદ્ધધ્યાન પછી કેટલાક સાધકભાઈઓ પૂજ્ય ગુરુદેવના સાન્નિધ્યમાં બેઠીને સત્સંગનો આનંદ માણી રહ્યા હતા. તેમાંથી એક સાધકભાઈએ અમેરિકન માનિક 'રીડર્સ ડાઇલેક્ટ'માં દીર્ઘશ્વાસ અને એનાથી મટતા કેટલાક રોગો વિષે છપાયેલા લેખ વિષે વાત કાઢી તે અમેરિકન લાર્ડલે છે કે આમાન્વ ગીતે આપણા શ્વાનોશ્વાસમાં આપણા ત્રીજા ભાગના ફ્રેક્શન જ કાગમાં આવે છે બાકીના બે તૃતીયાંશ ફ્રેક્શન વાગ લેતા નથી પણ દીર્ઘશ્વાસ લેવામાં અને

કાઠવામાં ફેકમાંનો પૂરેપૂરો ઉપયોગ થાય છે. શ્વામને અંદર લેવાની ક્રિયા આપોઆપ થાય છે. કાગલ કે છાતી ફૂલવાથી અંદર ચંકચુમ (ખાલી જગા) થાય છે અને જાડારના વાતાવરણના દબાણને લીધે ફેફસાં આપોઆપ ફૂલે છે અને હવા અંદર ખેંચાય છે. પણ શ્વામ જાડાર કાઠવામાં આપણે બરાબર પ્રયત્ન કરવો પડે છે. આ લાઈએ ઘણા રોગો આ રીતથી મટાડ્યા છે.

પૂન્ય ગુરુદેવે આ જાળત મમન્ત્યુ' કે આવી રીતે દીર્ઘશ્વામ લેવાથી ફેફસા પૂરેપૂર્ણ કામ કરે છે અને શરીરની અશુદ્ધિઓ બરાબર જાડાર નીકળે છે અને શુદ્ધ હવા અંદર જવાથી શુદ્ધ પ્રાણ વધારે પ્રમાણમાં શરીરમાં દાખલ થાય છે. આ પ્રમાણે શરીરની અશુદ્ધિઓ દૂર થવાથી શરીરના રોગો દૂર થાય છે. દીર્ઘશ્વામ લેવાથી શરીરની શુદ્ધિ પહેલાં થાય છે પછી ધ્યાન લાગે છે. દીર્ઘશ્વામ લેવાવાળાને માનસિક શાંતિ પણ લાગે છે. ગુસ્સો ઓછો થતો જાય છે અને ગમે તેવા મંજેગોમાં પણ મનની સ્થિતિ રહે છે આ બધી વિદ્યા આપણી જ છે. હજારો વગ્સોથી તેનો ઉપયોગ થતો આવ્યો છે પણ હવે તે ભુલાઈ ગઈ છે અને આપણા બહુલા લોકોની નજર પશ્ચિમ તરફ ગઈ છે. માટે જ આ દીર્ઘશ્વામના ફાયદા માટે અમેરિકન માનિકમાં આવ્યું તે સાચું એમ આપણે માનીએ છીએ.

ખીજત એક માધકભાઈએ પૂછ્યું કે દીર્ઘશ્વામની ક્રિયા જમીને તરત જ કરી ગકાય કે અમુક કલાક પાછી જ કરાય ?

પૂન્ય ગુરુદેવે મમન્ત્યુ' કે જમ્યા પછી પણ દીર્ઘશ્વામની પ્રેક્ટિસ કરી ગકાય છે પણ તેમાં ભ્રમિકા પ્રાણાયામની જેમ જોરથી શ્વાનોશ્વાસ ન થવા જોઈએ.

દીર્ઘશ્વાસ પ્રેક્ટિસથી સહજ બની શકે છે

આના જ અનુમંધાનમાં મેં પૂજ્ય ગુરુદેવને પ્રશ્ન કર્યો કે દીર્ઘશ્વાસના આવા સરસ ફાયદા છે તો તેની લાંબી પ્રેક્ટિસ પછી તે સહજ બનાવી શકાય કે નહીં? એટલે કે આપણે ગમે તે કામ કરતા હોઈએ પણ શ્વાસ પ્રશ્વાસ એ પ્રમાણે સ્થિર રીતે એકસરખા લાંબા લેવાતા હોય એમ બની શકે ખરું?

પૂજ્ય ગુરુદેવે ઉત્તર આપ્યો કે બતાવી શકાય. જરૂર બનાવી શકાય. લાંબા વખતના મહાવરાથી તે બની શકે છે. સામાન્ય રીતે આપણે વિચારે કરતા હોઈએ કે કામ કરતા હોઈએ ત્યારે શ્વાસ ઉપર ઉપરથી જ ચાલતો હોય છે. પણ દીર્ઘશ્વાસની લાંબી પ્રેક્ટિસ પછી તે મહજ બની જશે. મન શાંત બની જશે. ગમે તેવા સંભોગોમાં પણ મન ઉશ્કેરાશે નહીં અને તેથી શ્વાસોશ્વાસ પણ બદલાશે નહીં. આવી રીતે સ્વભાવ બદલાતો જશે અને સાર્વિકતા આવતી જશે.

એક જૂના સાધકલાઈએ પ્રશ્ન કર્યો કે મને તો ઘણી વાર કામ કરતાં કરતાં ખુલ્લી આંખે પણ શ્વાસ રોકાઈ જતો હોય અથવા સૂક્ષ્મ ચાલતો હોય એમ અનુભવ થાય છે. આપે હુમણાં દીર્ઘશ્વાસનું મહત્ત્વ અને એના ગુણો મમજાવ્યા, તો મને એમ કેમ થતું હશે?

એના જવાબમાં પૂજ્ય ગુરુદેવે મમજાવ્યું કે શ્વાસની એ ક્રિયા તો માધકોની કુંડલિની જાગૃત થયા પછી આપો-આપ થાય છે. ચૈતન્ય શક્તિ જ એ કરી રહી છે. તેથી કાંઈ વાંધો નહીં. આપણે જો શ્વાસને એ પ્રમાણે જળરજ્જતી

રાષ્ટ્રીએ અથવા સૂક્ષ્મ રીતે લઈએ તો નુકસાન થાય. અહીં તો તે દૈવી શક્તિ જ આપણા ભલા માટે એ ક્રિયાઓ કરી રહી છે. તેથી જરાય નુકસાન થાય જ નહીં.

એક સાધકભાઈએ પૂજ્ય ગુરુદેવને પૂછ્યું કે ઘણા લોકો યોગના નામે જમીનમાં દટાઈને રહે છે, તો દટાઈ રહે તેટલા દિવસ તેઓને પૂતી ગુદ્દિ હવા તો શું થોડી હવા પણ ન મળે. તો શું એ લોકો ખેચરી સુદા કે એવું કંઈ કરતા હશે ?

પૂજ્ય ગુરુદેવે જવાબ આપ્યો કે એ પ્રેક્ટિસથી થઈ ગઈ છે. લાંબી પ્રેક્ટિસ લેઈએ જેમ ઘણા માણસોને ગમે તેવી ગરમી હોય કે બફારો હોય તોપણ મોઢા ઉપર ઓઢીને સૂવાની ટેવ હોય છે, જ્યારે બીજાઓને ગમે તેવી ઠંડીમાં કે હવામાં પણ મોઢું ખુલ્લું જ નખીને સૂવું ફાવે છે. એ પ્રમાણે પ્રેક્ટિસ કરતા કરતા બહુ જ સૂક્ષ્મ હવાથી પણ ગ્રહી શકવાની ટેવ તે લોકો પાડે છે. પણ આવા પ્રયોગો કરનારને આંદરનો આનંદ મળતો નથી, તેઓ નિસ્તેજ હોય છે. તેમના મોઢા ઉપર મુદ્દતાને બદલે કઠોગતા અને દુઃખ દેખાય છે.

ધ્યાનનો આનંદ અને નિર્વિકલ્પ સમાધિ

[મુળર્ષ, તા ૨૪-૭-૧૮૬૬]

એક જૂના માધવે પ્રશ્ન કર્યો કે ધ્યાનમાં આનંદ આવે છે તે પણ એ વૃત્તિ જ છે ને? આપણુ ધ્યેય તો નિર્વિકલ્પ સમાધિ છે તો ધ્યાનમાં આનંદનું મહત્ત્વ શું ?

પૂજ્ય ગુરુદેવે મમજાવ્યું કે ધ્યાનનો આનંદ એ પણ એક વૃત્તિ જ ખરી પણ આ આનંદ અદરનો છે આ વૃત્તિની મદદથી જ આપણે આપણા ધ્યેયને પ્રાપ્ત કરીશું એમાં એકાન્તતા વધતા વધતા તે વૃત્તિ પણ શમી જશે અને સમાધિ લાગી જશે

આપણે આ અભ્યાસ દ્વારા નિર્વિકલ્પ સમાધિના એ ધ્યેય તરફ જ જઈએ છીએ આપણે જમવા બેસીએ છીએ તો પેટ ભરાવાનું જ છે તેમ આ અભ્યાસ કરતા કરતા આપણુ નિર્વિકલ્પ સમાધિનું ધ્યેય પ્રાપ્ત થવાનું જ છે અતઃનો આનંદ તો શરૂઆતથી આવવા માટે છે જેમ માકનો ગાગડો પાણીમાં નાખીએ તો તે પૂરેપૂરો ઓગળ્યો ન હોય છતાં પાણીમાં મીઠાશ તો આવે જ છે એ વખતે માકનો ગાગડો પણ હાજર છે અને પાણી પણ છે બંનેની હાજરી હોવા છતાં પાણીમાં મીઠાશ પણ છે તે જ પ્રમાણે ધ્યાન કરતા કરતા આનંદનો અનુભવ થાય છે તે પાણીમાં માગની મીઠાશ જેવો છે તે આનંદ હોવા છતાં આ સ્થિતિમાં માધકને ધ્યાન કરવાનું ભાન હોય છે છતાં પ્રજ્ઞાનંદનો અનુભવ પણ થાય છે આમ થતા થતા જેમ

માકર પીગળતી જાય છે અને પાણીમાં મીકાગ વધતી જાય છે તેવી જ રીતે ધ્યાનનો અવયામ વધતાં તેમા આનંદનો વધારો થતો જાય છે. છેવટે માકર પૂરેપૂરી પીગળી જાય છે. એનું અસ્તિત્વ જ ગહેનું નથી. માકર પાણી માથે એકરૂપ બની જાય છે અને ત્યારે માકરનું અને પાણીનું અલગ અલગ અસ્તિત્વ હતું તે મટી જાય છે. તે જ પ્રમાણે નિર્વિકલ્પ સમાધિમા પણ એકરૂપ બની જવાય છે, આનંદ સ્વરૂપ બની જવાય છે. ધ્યાન કરનાર અને ધ્યાનક્રિયાનુ જ્ઞાન મટી જાય છે.

૧૮

ધ્યાનમાં ઉગ્ર રૂપનાં દર્શન

[મુગર્ધ, તા ૨૮-૭-૧૯૬૬]

આજે એક સાધકભાઈ જેમના ૧૦-૧૧ વરસના બાળાને સૂઝમ ધ્યાન લાગે છે અને દિવ્ય દર્શનો વગેરે થાય છે તેમણે પૂજ્ય ગુરુદેવને પૂછ્યું કે બાળાને ગર્ધ કાલે શ્રી અંબાજી માતાના દર્શન થયા પણ પહેલા તો વાધને જોઈને ડરી ગયો એનું કારણ શું?

પૂજ્ય ગુરુદેવે અમનતબ્ધ કે કોઈ દેવદેવીઓના ઉગ્ર રૂપ જોઈને પણ ડરી જવાય પણ બીજી વખત ધ્યાનમા જેમતાં પહેલા તે દેવ અથવા દેવીને પ્રાર્થના કરવી કે ઉગ્ર રૂપના દર્શન ન આપે તેનાથી ચૌમ્મરૂપના જ દર્શન થશે અને હજી નહીં લાગે ઘણી વાર ઉગ્ર સ્વરૂપના દર્શન થવાથી

સાધક બાળક કે બાલિકા ડરી જાય છે. અને ચીસ પાડી બેઠે છે.

લીંબડીમાં એક સાધક બાલિકાને શ્રીહનુમાનજીના ઉચ્ચ સ્વરૂપનાં દર્શન થવાથી તે ડરી ગઈ. અને બીજે દિવસે ધ્યાનમાં બેસવા આવવાનું બંધ કર્યું. ખગર પડતાં એને ઉપર પ્રમાણે સમજાવવામાં આવી અને તેણે પાછું ધ્યાનમાં બેસવાનું શરૂ કર્યું. તેથી તેને ધ્યાનમાં સૌમ્ય દર્શન થવા લાગ્યાં અને આનંદ આવવા લાગ્યો.

૧૧

૧૯

ક્રિયાઓ ચાલુ થતાં મંત્રજપમાં ભૂલ
પડે તો શું કરવું ?

[મુંબઈ, તા. ૩૦-૭-૧૯૧૬]

એક નવા સાધકભાઈને પૂજ્ય ગુરુદેવે, ભૂતગુહિ મંત્રની રીત એક માળા કરવાની સૂચના આપેલી. તે ભાઈએ જણાવ્યું કે માળા શરૂ કરતાં જ થોડી વારમાં ક્રિયાઓ શરૂ થઈ ગઈ. પણ હજી બરાબર લાન હોવાથી મેં તો મંત્રની માળા ચાલુ જ રાખી. પણ ક્રિયાઓ દરમિયાન મંત્રજપમાં ભૂલો થવા લાગી. મંત્રના પહેલાં ચરણમાં અને ચોથા ચરણમાં બોલવામાં ભૂલો વધારે થવા લાગી કારણ કે બંનેમાં થોડી સામ્યતા છે. ઘણી વાર ચોથા ચરણને બદલે પહેલું ચરણ બોલી જવાય છે અને કેઈ વાર પહેલાના બદલે ચોથું બોલી જવાય છે. તો હવે

મારે શું કરવું? ક્રિયાઓ ચાલુ થાય તોપણ મંત્રજપ ચાલુ રાખવો કે નહીં? અને ભૂલો પડે તો શું કરવું?

પૂજ્ય ગુરુદેવે એના જવાબમાં મમજાવ્યું કે ક્રિયાઓ ચાલુ થયા પછી પણ ભાન હોય ત્યાં મુઘી મંત્રજપ ચાલુ રાખવો. આગળ જતાં ભાન પણ નહીં રહે અને હૃદય ધ્યાન લાગી જશે. ભૂલો પડે તો કાંઈ વાધો નહીં એ ભૂલો આપણે તો નથી કરતાને? શક્તિ જાગત ત્યાં પછી તે જ ગરીરનો કબજો લઈને બધું કરાવે છે પછી ભૂલ પડે તો એનો દોષ આપણને લાગવાનો પ્રશ્ન જ નથી. વળી પહેલાં ચરણના બદલે ચોથું ચરણ બોલાય કે ચોથા ચરણને બદલે પહેલું બોલાય તો કાંઈ વાધો નહીં આપણે પગે ધી ધમીએ કે માથે ધી ધમીએ આપણો અર્થ એટલો જ મરે છે અને ગરમી દૂર થાય છે

ત્યાર પછી બીજા એક માધક લાઈએ પૂજ્ય ગુરુદેવને પૂછ્યું કે આમ ક્રિયાઓ ચાલુ થતા મંત્રજપમાં ભૂલ પડે અથવા ધ્યાન લાગી જાય તો માળા કરવાનો નિયમ છે તેમાં ભંગ થાય એવું શું કરવું?

પૂજ્ય ગુરુદેવે મમજાવ્યું કે નિયમનો ભંગ થાય એમાં વાધો નહીં. જે હેતુસર આપણે નિયમ કર્યો છે તે હેતુ મરે છે પછી નિયમને વળગી શા માટે રહેવું? મંત્રમાં શક્તિ છે અને તે મંત્ર ફરી ફરીને બોલવાથી ઘર્ષણથી ગરમી ઉત્પન્ન થાય છે, અને શક્તિ જાગત થાય છે. તે શક્તિ થોડા મંત્ર બોલતા જ જાગત થઈ જાય પછી જાગત થયેલી શક્તિને છૂટથી કામ કરવા દેવું જોઈએ નહીં કે શક્તિને કામ કરતી રોકીને મંત્રની અસુક સંખ્યા પૂરી

કરવાનો આશ્રહ રાખવો. આપણો હેતુ મંત્રની અમુક સખ્યા પૂરી કરવાનો નથી પણ શક્તિ જાગ્રત કરવાનો છે.

સ્થૂળ શરીરમાથી સૂક્ષ્મ શરીર છૂટું પાડવાનો પ્રયોગ

આજે ધ્યાન પછી વાર્તાલાપમાં પૂજ્ય ગુરુદેવે કહ્યું કે યોગમાં આગળ વધતા અમુક પ્રયોગો દ્વારા સાધક પોતાના સ્થૂળ શરીરમાથી સૂક્ષ્મ શરીરને છૂટું પાડી શકે છે અને પોતે પોતાના સ્થૂળ શરીરને મૃત જેવું જીવું પડેલું જીવે છે. પહેલા તો તેને ડગ લાગે છે પણ પછી તે ડર નીકળી જાય છે, જ્યારે યોગી આ પ્રમાણે સ્થૂળ શરીર છોડીને જાય છે ત્યારે કોઈ ખીજો હલકી કક્ષાનો પ્રેતાત્મા તે શરીરમાં દાખલ થઈ જવાનો ભય રહે છે. તે માટે તેને રક્ષણ મળવું જોઈએ આપણા એક જૂના સાધક ગઢિનને આ અનુભવ થયો છે અને એમને રક્ષણ માટે વિધિ મેં કરાવેલી છે. ખીજા એક સાધકભાઈ કે જે યુવાન એ જિનિયર છે તેમને આવો કાંઈક અનુભવ થવા લાગ્યો છે. પણ એમને ડર લાગે છે.

૨૦

જેઠા પુરુષાર્થ તેત્રું ફળ

[મુળર્ષ, ત ૭-૮-૧૯૧૬]

આજે એક જૂના સાધકભાઈએ પૂજ્ય ગુરુદેવને પ્રશ્ન કર્યો કે કોઈ કોઈ જૂના સાધકોને અનુભવ થાય છે કે આપ ઘણા દૂર હો પણ સૂક્ષ્મ રીતે આપ એમની સાથે જ છો.

એવો અથવા બીજો કોઈ ખામ અનુભવ મને થતો નથી.
એનું કારણ શું ?

ત્યારે ગુરુદેવે મમજ્ઞયું કે અમદાવાદમાં પણ એક
માધકભાર્ગ મને ફરિયાદ કરતા હતા કે એમને હજી
નિર્વિકલ્પ સમાધિ લાગતી નથી તો મારે એનો જવાબ
એટલો જ આપવાનો છે કે આ મારે તમારા પોતાના
પ્રયત્નો કેટલા છે ? આખો દિવસ બ્યાવહારિક પ્રવૃત્તિમાં
રંગ્યાપર્યા રહો અને ઘોડો વખત ધ્યાનનો અભ્યાસ કરો એથી
જલદી નિર્વિકલ્પ સમાધિ લાગે ? હા, ધીમે ધીમે પ્રગતિ
થાય. આ પ્રવૃત્તિને જ સર્વસ્વ ગણીને એની પાછળ પડવું
જોઈએ. તમે કેટલો સમય આને આપો છો ? ત્વામી
વિવેકાનંદજી, કે જેઓ સર્વસ્વનો ત્યાગ કરીને આમા જ
લાગેલા હતા, તેમને પણ ગણિતપાત થયા પછી નિર્વિકલ્પ
સમાધિ લાગતા કેટલા વગ્મ લાગેલા ? તમે પણ એ પ્રમાણે
લાગી જાવ અને પછી નિર્વિકલ્પ સમાધિ ન લાગે તો મને
કહેવાનું.

૨૧

મંત્રમાં તન્મયતા થતાં મંત્ર મૂર્તિમંત અને છે

[મુળર્ષ, તા ૧૧-૮-૧૯૧૬]

અમદાવાદથી એક માધકભાર્ગ ખાસ પૂજ્ય ગુરુદેવના
સાન્નિધ્યમાં માધનાનો લાલ લેવા મારે મુળર્ષ આવ્યા છે.
તેઓ ગવાર-ગાજ બે વખત ગુરુદેવના સાન્નિધ્યમાં ધ્યાનમાં
બેસે છે. આજે રાત્રે સમૂહધ્યાનમાથી ઊઠીને તેઓએ
પૂજ્ય ગુરુદેવને પ્રણામ કર્યા અને બોલ્યા કે અદ્ભુત દિવ્ય

આનંદ આપ્યો. આજે આપે કમાલ કરી. આજે તો ધ્યાનમાં બેસતાં જ રોજની જેમ મંત્રો બોલાવા લાગ્યા. મંત્રો બોલાતા જાય અને સામે તેજોમય અક્ષરે તે મંત્રો લખાતા જાય. મંત્રો ધીમે ધીમે બોલાય તો તે પણ ધીમે ધીમે લખાય અને મંત્રો ઝડપથી બોલાય તો તે પણ ઝડપથી લખાય. જો મંત્રો બોલાતા અટકી જાય તો તે પણ લખાતા અટકી જાય. આમ કેમ થયું હશે ?

એના જવાબમાં પૂજ્ય ગુરુદેવે કહ્યું કે આનું કારણ મંત્રોમાં તમારી તન્મયતા અને એકાગ્રતા છે. મંત્રોના શબ્દોમાં તન્મયતા આવવાથી મંત્ર મૂર્તિમત્ બને છે. ડો. ગિનુભાઈ રાવળને પૂછી જુઓ. તેમને નર્મદા-કિનારે નાની મોટી પનોતીમાં મંત્ર મૂર્તિમત્ થયાનો અનુભવ બરાબર થયેલો. (આ નાનીમોટી પનોતીનો મને થયેલો અનુભવ અન્યત્ર સચિત્તર વર્ણવેલો છે.)

ધ્યાનમાં જૂકુટિમાં ગરમી અને દાઝાયાના અનુભવનું રહસ્ય

આ જ સાધકભાઈને આજે સવારે ધ્યાનમાં એક અદ્ભુત અનુભવ થયો. ધ્યાનમાં તેમને જૂકુટિમાં આશ્ચર્યક ઉપર ગરમ ગરમ લાગેલું અને ધ્યાનમાંથી જાગીને એમને એ જગ્યાએ એવું બળવા લાગ્યું કે બાણે કોઈએ બળતી સિગારેટ ન ચાંપી હોય ! એમણે અરીસામાં જોયું તો તે જગ્યાએ નાનો એવો એક ગોળ દાઝ્યા જેવો ડાઘ હતો અને તેના ઉપર જરા બળતરા થતી હતી. અત્યારે રાત્રે પણ તે ડાઘ અમે સૌએ જોયો.

પૂજ્ય ગુરુદેવે આ અનુભવનું કારણ સમજાવ્યું કે આ સાધકભાઈને આશ્ચર્યકલેદન થતું ન હતું. અને ત્યાં

કામ અટકેલું હતું. વળી એમને તે જગ્યાએ દુઃખાવો પડ્યો રહેતો હતો. હવે આજે પ્રાણની આ ક્રિયા ત્યાં એટલી બધી તીવ્ર થઈ કે આજ્ઞાચક્રમેદન જલદી થઈ જશે અને તે ભ.ઈનો ત્યાંનો દુઃખાવો પણ મટી જશે. (મને યોતાને પણ ધ્યાનમાં માધામાં અને પગના આંધામાં પ્રાણની ક્રિયાના અને ગરમીના તથા ત્યાંના દુઃખ વા તરત જ મટી ગયાના બે વખત અનુભવો થયેલા તે અન્યત્ર મવિસ્તર આપેલ છે.)

૨૨

સંકલ્પથી ધ્યાનને અને ક્રિયાઓને રોકી શકાય છે

[મુળર્જિતા. ૧૪-૮-૧૯૬૬]

દહીમરથી એક ભાઈ બોડા દિવસથી ધ્યાનમાં બેસવા આવે છે. ગુરુકૃપાથી એમનું કામ જલદી થઈ ગયું. ધ્યાનમાં એમને ખૂબ જ શારીરિક ક્રિયાઓ થાય છે એટલી બધી કે અજાણ્યા માણસને તો નવાઈ જ લાગે અને એને પાગલ જ કહે અથવા દાડ પીધો હોય કે કોઈ નશો કર્યો હોય એમ કહે પણ ધ્યાન છૂટ્યા પછી તે ભાઈને પૂછીએ તો કહે કે “મને ખૂબ જ આનંદ આવે છે અને તગવું ગમતું નથી.” તેમણે ગુરુદેવને પૂછ્યું કે મારે ટ્રેનમાં લાંબો રહેતો છે અને કદાચ ટ્રેનમાં સ્થિરતા આવતાં ધ્યાન લાગે અને બેડા બેડા જ ક્રિયાઓ થવા લાગે તો શું કરવું ?

પરમકૃપાળુ એવા ગુરુદેવે એનો ઉપાય બતાવ્યો કે ગાડીમાં ધ્યાન લાગવા માટે ત્યારે આજો ખોલી નાખવી અને મનમાં સંકલ્પ કરવો, “હે ગુરુદેવ, મને... ..ને

અત્યારે ધ્યાન ન લેજે એમ કરે ” આ પ્રમાણે ગુરુદેવને મ બોધીને તમારુ નામ લઈને મનમા ત્રણ વખત સંકે ૫ કરવો એથી ધ્યાન નહીં લાગે

આ જ પ્રમાણે આજે રાત્રે જધા સાધકોની વચમા આ લાઈ ધ્યાનમા બેઠા ત્યારે તેમને ખૂબ ક્રિયાઓ થવાથી બીજા સાધકોને ડખવ ન થાય માટે તેમને ગુરુદેવે એ ક્રિયાઓ અત્યારે ન થાય એવો મ ઠપ કરનાની સૂચના અ પી તેથી લાઈને આ ધ્યાન લાગ્યુ પણ શારીરિક ક્રિયાઓ બિલકુલ ન થઈ જોડે ધ્યાનમાથી જીક્યા પછી તે લાઈએ ૬ મ પૂર્વક કહ્યુ કે “અત્યારે ક્રિયાઓ ન થઈ તેથી મને જગત આનંદ ન આવ્યો જાણે મને બાધી દીધો હોય એમ લાગ્યુ અને મને અકળ મણુ જેવુ થતુ હતુ મને એમ થતુ હતુ કે જધા સાધકો ધ્યાનમાથી જાગી જાય પછી ઉઘટે ત્રણ મિનિટ માટે પણ મને પૂજ્ય ગુરુદેવ ક્રિયાઓ થવા દે તો ેવુ મારુ ? આ લાઈ ધ્યાનમા વાધ જેવી ગર્જના કરતા હતા તેથી તેમનુ નામ ‘વાધમામ!’ પાડ્યુ હતું

૨૩

અમૃત પણ વધારે પડતુ લેવાય તો વિપ બને છે

[મુળ, ૧૪-૮-૧૯૬૬]

પુ ન્ય ગુરુદેવ પાને એક લાઈ અ વેલ તેઓ ઘણા વરમથી જાતજાતની નાધના કરે છે અને ઘણા પ્રયોગા કરેલા છે પણ તેમને ખામ લાલ થયો નથી અને અમુક

શાસ્ત્રીજી કહ્યાં હો છે. તેથી માર્ગદર્શન માટે તેઓ
 પૂજ્ય ગુરુદેવ પાને આવેલા છે આ ભાઈ અમારા એક
 સાધકભાઈના મિત્ર છે તેથી આજે મમ્મદધ્યાન પાયા
 પછી પૂજ્ય ગુરુદેવે તે સાધકભાઈને નાજોધીને એ ભાઈ
 વિષે વાત કરી. તેઓથીએ અમને સમજાવ્યું કે તે ભાઈએ
 ખોટી રીતે કેટલાક પ્રયોગો કરીને પોતાની તબિયત ખગાડી
 છે વળી પ્રયોગોમાં અતિરેક કરવાથી પણ તબિયતને
 નુકસાન થયું છે તેમણે હોઠ હોઠ કલાક સુધી શિપાંમન
 કરેલું છે. તેઓ એમ માનતા હતા કે શિપાંમન કરવાથી
 કુડલિની જાગ્રત થાય છે અને વધારે વળત સુધી શિપાસન
 કરવાથી જલદી શક્તિ જાગ્રત થશે એમ માનીને તેમણે
 હોઠ હોઠ કલાક સુધી શિપાંમન કરેલું પણ આનાથી એમના
 માથામા લોહીનો ભરાવો રહ્યા કયો અને હવે મગજની
 નમગાઈ તાગે છે, અને કાનમા અવાજ આવ્યા કરે છે
 કટાણી ગયા છે. અમૃત પણ વધારે પડતું લેવ ય તો વિપ
 અને છે. ધી અમૃત ગણાય છે, પણ વધારે પડતું લેવ ય
 તો વિપ જેવું કામ કરે છે, શરીરની ગુદિ થઈ હોય અને
 શિપાંમન કરવાથી યોગ્ય સમયે જરૂર કુડલિની જાગ્રત
 થાય છે પણ આમ અતિરેક કરવાથી તો નુકસાન જ
 થાય છે

એવી જ રીતે આ ભાઈએ “નાદાનુસધાન”ના પ્રયોગો
 પણ ખોટી રીતે કરેલા છે અને અતિરેક કરીને તબિયત
 ખગાડી છે “નાદાનુસધાન” યોગ્ય રીતે કરવામા આવે તો
 જરૂર તેનાથી ધ્યાન લાગે છે પણ તે યોગ્ય ગુરુની દોર
 વણીથી જ કરવું જોઈએ. ‘નાદાનુસધાન’મા નાદ જમણા
 કાનથી જ મલણાય અને અમુક સમયે જ તેની પ્રેક્ટિસ

કરાય આખો દિવસ નહીં. જમણા કાનથી મંભળાય તે 'અનાહત' નાદ બરાબર છે, જ્યારે ડાબા કાનથી મંભળાય તે માયાનો નાદ છે. જે સાધકને લાલ કરી આપવાને બદલે તુકસાન કરે છે અને માયામાં વધારે ને વધારે ફસાવે છે.

'અનાહત' નાદ દમ પ્રકાશના છે જેમ કે મિહુની ગર્જના, બમરીનો નાદ, ઘટડીનો નાદ, આગ્તી થતી હોય, ઘંટાગ્વ થતો હોય એવો નાદ, શળનો નાદ, સમુદ્રની ગર્જના, ગૃહંગનો અવાજ, પવનના સૂસવાટો, વીણા, ભ્રમરનો નાદ વગેરે આવા દસ પ્રકારના નાદ હોય છે તે માલગતા મન તેમા એકાગ્ર થવાથી ધ્યાન લાગે છે અને સાધકની આધ્યાત્મિક પ્રગતિ થાય છે.

આ બધા સાધનો જનકદયાણુ માટે જ છે પણ તે યોગ્ય માર્ગદર્શનથી યોગ્ય રીતે થવા જોઈએ, નહીંતર તુકસાન કરનારા બને છે એથી કાઈ એ માધનો ખગળ છે એમ ન કહી શકાય. જેમ કે 'શક્તિચાલન' મુદ્રા કરવાથી કુહલિની જાગ્રત થાય છે જેને નાડીશુદ્ધિ થઈ ગઈ હોય તે જ 'શક્તિચાલન' મુદ્રા કરે તો એની શક્તિ જાગ્રત થાય છે. પણ નાડીશુદ્ધિ ન થઈ હોય, નાડીઓઓમા મળ ભર્યો હોય, અવરોધો હોય અને આપણે 'શક્તિચાલન' મુદ્રા કરીએ તો શક્તિ જાગ્રત તો થાય પણ એનો માર્ગ સાફ નથી અને એના ઉપર મુદ્રા દ્વારા દળાણુ કરવામા આવે તો તેથી તે આડી જાય છે પરિણામે સાધકના આતરડા અને બીજા અવયવોને તુકસાન થાય છે આથી સાધકનું જીવન હુ ખમય બની જાય છે.

કુડલિની જાત તથાં ક્રિયાઓ થવાનું કારણ

[ગુળ, તા ૧-૮-૧૮૬૧]

નવા માધકોને મળોધીને પૂત્ય ગુરુદેવે આજે દર્શ
 ને ક્રિયાઓ થાય તેથી જરા પણ ગલગવાનું નહીં કુડલિની
 શક્તિ જાત થાય ત્યારે કય વગેરે ક્રિયાઓ થાય છે
 જેમ નદી હોય છે તે ઉનાળામા સૂકી પડી હોય છે અને
 તેમા સૂકા પાદડા, લાકડા વગેરે જાતજાતનો કચરો પડ્યો
 હોય છે ચોમાસામા પહેલો જ વરસ દ આવતા નદીમા
 પૂર આવે છે ત્યારે તે પાણી તેની માથે સૂકા પાદડા વગેરે
 જાતજાતનો કચરો ઘસડી જાય છે અને નદીને પટ માદ
 થાય છે તે જ પ્રમાણે કુડલિની શક્તિ જાત થતા જ
 તેનો પ્રમાણ નાડીઓમા વહેવા માડે છે તેમા આપણી
 નાડીઓમા અનેક જન્મોનો મૂળ તથા સૂક્ષ્મ જાત જાતનો
 મગ (કચરો) ભયો હોય છે ત માફ કરે છે તેને લીધે
 ક્રિયાઓ થાય છે પણ નાડીઓમાથી એ મગ સાફ થતા
 જ ક્રિયાઓ બધ થઈ જશે અને સ્થિર શાત ધ્યાન લાગશે
 છે ને પૂત્ય ગુરુદેવે સૌ સાધકોને આશીર્વાદ આપ્યા હે,
 “તમારી સૌની આધ્યાત્મિક પ્રગતિ જલદી થાય એવા
 માગ સૌને આશિષ છે”

ત્રેરણાત્મક અને માર્ગદર્શક પ્રવચન

[મુળર્ષ, તા ૨૦-૮-૧૯૧૬]

આવતી કાવે પૂજ્ય ગુરુદેવ અમદાવાદ યર્ધને લીગડી પધાગ્વાના છે આજે દોઢ માસ કરતા વધારે મમયથી મુગર્ષમા આવળતે ધ્યાનનો વર્ગ તેઓશ્રીના માન્નિવ્યમા અને તેઓશ્રીની ત્રેરણા અને માર્ગદર્શનથી ચાલી ગઈ છે નવા માધકેમાથી જધાના કામ થયા છે જધાને ધ્યાન લાગવા માડ્યું છે પૂજ્ય ગુરુદેવે આ સમય દરમ્યાન ખૂબ જ ધ્રમ ઉકાળ્યો છે આટલો મમય પૂજ્ય ગુરુદેવની કૃપાથી મૌ માધકેએ દિવ્ય આનંદ અનુભવ્યો છે હવે તેઓશ્રી જવાના છે તે જળર જાણીને ઘણાજગ સાધકેની આજમા પાણી દેખાય છે આજે મમૂહ ધ્યાન પછી ગુરુપૂજનનો કાર્યક્રમ નાજેલો છે પૂજન દરમ્યાન એક અનોખું જ દિવ્ય વાતાવરણ મળ્યું એનો અનુભવ ઘણા સાધકેને થયો પૂજ્ય ગુરુદેવ પ્રસન્ન હતા તેઓશ્રીનો પ્રેમ જધા જ માધકે ઉપર પુષ્કળ છે, અને તેઓને છોડીને જવાનો પ્રતિગ આવેલ હોવાથી મહેજ વિપાદની છાયા તેઓશ્રીના અહેંગ પર દેખાતી હતી પૂજન દરમ્યાન તેઓશ્રીના અતરમાથી આગીવાદ અમારા મૌના ઉપર વરમતા હતા એકું વાતાવરણ લાગતું હતું પૂજન પછી તેઓશ્રીએ વિધાય વળતતું આરીર્વાચનવાળું અને સૂચનો આપતું દ્વૈ એકું પ્રવચન આપ્યું તે સાલજીને જધા જ મુગ્ધ યર્ધ ગયા તેઓએ પૂજ્ય ગુરુદેવને આર્તું પ્રવચન આપતા પહેલી જ વાર માલજ્યા તેઓ કહેવા લાગ્યા કે “અમને જળર જ નહી

કે પૂજ્ય મહાગુરુશ્રી આટલું મન્ય જોલી ગટે છે ”
તેઓશ્રીના પ્રવચનમા મીઠાશ, પ્રેમ અને દિવ્યતા ભરેલા
હતા માથે ધ્યાનયોગ વિશે ચોટી સમજણ અને સાધકોને
બહુ જ ઉપયોગી એવી મહત્ત્વની સૂચનાઓ હતી તેઓ
શ્રીને માલમતા એટલે આનંદ ચા યો કે પ્રવચન પૂરું
થઈ ગયું ત્યારે મૌ નિગમ થયા અને જોડ્યા કે, “શું,
પૂજ્ય મહાગુરુશ્રીએ પ્રવચન પૂરું કર્યું ?”

પૂજ્ય ગુરુદેવે કહ્યું કે આપણી આ લાઈન ધ્યાનમાર્ગની
'ગામિનિપાત્ર'ની લાઈન કહેનાય જેમ એક પ્રગટ્ટેલો દીવો
ખીલત નીચાને પ્રગટ્ટાવે છે તેમ ગુરુ શિષ્યમા શક્તિમન્દા
કરીને એની શાંતિ ભક્તિ કરે છે આ પ્રજ્વાલિત પર પગથી
ચાલી આવે છે

નરા સાધકોમાથી જેઓને ધ્યાન હજી ન લાગતું હોય
તેમને સૂચના આપતા તેઓશ્રીએ કહ્યું કે તેઓએ નિગમ
થવાની જરૂર નથી તેમને પણ ધ્યાન લાગશે જ તેઓએ
નિર્ધારિત અભ્યાસ ચાલુ રાખવો જોઈએ અને જરૂર
એમનું કામ થશે અમને કેમ ધ્યાન નથી લાગતું, ક્યારે
લાગશે, એવી ચિંતા કરવી ન જોઈએ આપણે જમવા
ખેતીએ ત્યારે ઘડીએ ઘડીએ જોતા નથી કે પેટ ભરાયું કે
નહી અથવા તો જમતા જમતા પેટ ભરાવાની ચિંતા
પણ કરતા નથી આપણે જમવાનું ચાલુ રાખીએ છીએ
અને આપણ પેટ આપોઆપ ભરાઈ જાય છે તેવી જ રીતે
આપો આપો વાલીએ છીએ અને પછી એને ગેજ
પાણીનું ત્રિચન કરીએ છીએ પણ જો ગેજ ખોલી કાઢીને
જોયા કરીએ કે તે ભરે છે કે નહીં તો તે કદી ભરવાનો
નથી આપણું કામ છે તેને ખાતર નાખી પાણી પાયા

કરવાનું. તે જ પ્રમાણે તમારે પણ જે રીત બતાવી છે તે પ્રમાણે ૨૫ દીર્ઘશ્વાસ લઈને પછી માદા શ્વાસ ગણવામાં મનને લગાડી દેવાનું અને મંત્રોચ્ચાર એક ધ્યાનથી સાલગવાનો તો થોડા સમયમાં આપોઆપ તમારું કામ થશે અને ધ્યાન લાગવા માંડશે.

૨૬

પ્રારબ્ધ, સંચિત અને ક્રિયમાણ સંકળાયેલાં છે

[મુંબઈ, તા. ૨૫-૮-૧૯૬૬]

આજે રવિવારે સવારના મમૂહધ્યાન પછી વઘ્લીમાં મારે ત્યાં મૌ સાધકો પૂજ્ય ગુરુદેવના સાન્નિધ્યને આનંદ માણતા બેઠા હતા ત્યારે નામિકથી આવેલા શ્રી .. લાઈ કે જેઓ ત્યાં એક સાગ વધીલ છે, અને માધનરીક્ષા માટે અહીં આવેલા છે તેમણે પૂજ્ય ગુરુદેવને પ્રશ્ન કર્યો :

“શું મને વધીલનો ધંધો મળ્યો છે તે ફક્ત પ્રારબ્ધના લીધે જ મળ્યો હશે ?”

પૂજ્ય ગુરુદેવે જવાબ આપ્યો. પ્રારબ્ધ, મચિત અને ક્રિયમાણ એ ત્રણેય ક્રમોં મંકળાયેલા છે. મચિત કર્મમાંથી થોડું એટલે ધાગે કે ચાગ આની લઈને આ દેહને ભોગવવાનું પ્રારબ્ધ બને છે. તે પ્રારબ્ધ તો ભોગવવું જ પડે છે. પણ ક્રિયમાણથી જરા ફેરફાર થાય છે. ધારો છે પ્રારબ્ધ પ્રમાણે માણસને કામીની મજા ભોગવવાની હોય છે તો પુરુષાર્થથી એટલો ફેર થઈ શકે કે એને કામી જેવું હ.બ થાય પણ કાસી ન મળે.

ધાડે કે તમે પ્રાગ્ધ પ્રમાણે વક્રીલ થવા મગ્નયેલા છો પણ પુરુષાર્થથી-ક્રિયમાણથી તમે તે ધધામાંથી છટો. પણ તમે ખીન લોડોના મલાહકાર બનો છાગ્લુ કે તમારી શુદ્ધિ વગેરે ગતજન્મોના કર્મોથી એ પ્રમાણે જ બનેલી છે.

૨૭

કુંડલિની જાગ્રત થતાં બીમારી દૂર થાય છે

[મુબઈ તા ૨૯-૯-૧૯૧૧]

એક માધકભાઈ તથા તેમના પત્ની હજી દમ દિવસથી જ ધ્યાનમાં બેસવા આવે છે પણ તેઓ બંનેને માત્ર અનુભવ થવા લાગ્યો છે તથા તેમના પત્નીને તો માથાનો જૂનો દુખાવો હતો તે પણ મટી ગયો એમ તેમણે પૂજ્ય ગુરુદેવને જણાવ્યું.

પૂજ્ય ગુરુદેવે સમજાવ્યું છે આ લાઈનમાં શરીરનું સચાલન કરનારી શક્તિ (Life Energy) જાગ્રત થાય છે અને નાડીઓમાં વહેવા માટે છે તે શક્તિ નાડીઓમાં જ્યાં મળે રોય ત્યાંથી તે દૂર કડીને શુદ્ધિ કરે છે આ પ્રમાણે શરીરની વ્યાધિઓ દૂર થાય છે શ્રી ધ્યાનયોગી મંડળના વણા માધકોની જાત જાતની બીમારીઓ દૂર થઈ છે ગત-વોટમાં પણ જે માધકબહેનોને ધ્યાન લાગવા માડયા પછી માથાનો જૂનો દુખાવો મટી ગયો છે.

કુડવિની ઉત્થાન પહેલાં અને પછી પ્રાણની ગતિનો અનુભવ

[મુ ૪ તા ૧૩-૧૧-૧૮૬૬]

પૂજ્ય ગુરુદેવ એક માધકભાઈના કુટુંબ માથે મહા
બળેશ્વર પધારેલા ત્યાથી ગઈકાવે જ તેઓશ્રી મુળધ પધાર્યા
છે તે પાઠકને ત્યા તેઓશ્રીનો સુકામ છે સૌ માધકભાઈ
એને પૂજ્ય ગુરુદેવના મુળધ પધારવાની જાણ કરવામાં
આવેલી હોવાથી સાધકો અને ભક્તો તેઓશ્રીના દર્શનને
આવે છે દિવાળીના દિવસે જ ગુરુજી અહીં પધાર્યા અને
આજે નવા વરમના દિવસે તેઓશ્રીના દર્શનનો અને
પૂજનનો લાભ મળ્યો તે બધો ગુરુદેવની કૃપાનો જ પ્રતાપ
છે એમ માનીને સૌ આનંદ અનુભવે છે

પૂજ્ય ગુરુદેવ સાથે વાતાલાપ કરવો અને એમાય વર્ગ
આપણી સાધના અંગેના અનુભવો અને મૂલ્યવસ્તુ તેઓશ્રીની
પાને મૂક્યા પછીથી તેઓશ્રી મીઠાશ, મૃદુતા અને વાત્સલ્ય
ભાવથી વારેલી વાણીથી અને આપણા રોજિંદા જીવનના
પ્રસંગોમાંથી દર્શાવેલા આપીને સરળ રીતે સમજાવે છે તે
સાલગણું એ એક અલભ્ય લાભ છે તે સાલગણતા સાલગણતા
ઘણી વખત તો આનંદથી રોમાચ અનુભવાય છે

એવી જ રીતે આજે માધકના યત્રના ઉત્તરમાં તેઓ
શ્રીએ સમજાવ્યું છે મહાશક્તિ કુડવિની સુપુમ્બામાં ઉપર
ચડે તે પહેલાં પ્રાણની ગતિ ઉપર થાય છે, જેથી ધ્યાન

પ્રમાદિ જેવો આનંદ અને મનની સ્થિરતા અનુભવાય છે. ત્યાર પછી કુંડલિની જેમ જેમ ઉપર ચડે છે તેમ તેમ શરીર નીચેથી ઉપર તરફ અચેતન જેવું થતું જાય છે. જેમ પાણીમાં માછલું તરતું હોય ત્યારે એની આગળ અને પાછળ પાણી થોડે અંતર સુધી હલતું હોય છે, તેવી જ રીતે પાણીમાં ફીમર જતી હોય છે ત્યારે પણ તેની આગળ પાણી નાના નાના મોજાનાં રૂપમાં ગતિ કરતું દેખાય છે અને પાછળ એ જ પ્રમાણે પાણીનું હલનચલન દેખાય છે, તે જ પ્રમાણે કુંડલિની ઉત્થાન વખતે પહેલાં અને પછી ત્રાણની ગતિનો અનુભવ થાય છે.

૨૯

ઈશ્વર વૈદોનો વૈદ છે

[નંબર, તા ૨૩-૧૨-૧૯૧૬]

૧૫૫ ગુરુદેવ તા. ૨૦ મીએ ગયા તથા ઉત્તર ભારતના તીર્થોની યાત્રા કરીને અહીં પધાર્યા છે હમણા રોજ સમૂહ-ધ્યાનનો કાર્યક્રમ પતી ગયા પછી તેઓશ્રી યાત્રાના પોતાના અનુભવો કહે છે તે માંભળીને ખૂબ જ આનંદ થાય છે આને પણ ધ્યાન પછી જો આધકો ૧૫૫ ગુરુદેવના ગાંધિ ધ્યમાં જોવા હતા તે વખતે એક આધકજાહેને કહ્યું કે તેમને ઘણા દિવસથી આખા શરીર ખંજવાળ આવે છે અને તે પણ ધ્યાનમાં જોયે ત્યારે જ આવે છે. ડોક્ટરની ઘણી દવા કરી પણ ફર પડતો નથી. આ જાહેનને ધ્યાન ગારું લાગે છે, પણ ખંજવાળ આવવા તાગે એટલે ધ્યાન છૂટી જાય છે.

પૂજ્ય ગુરુદેવે એમને મશુખ્તાદિ ક્વાથ લેવાનું કહ્યું પણ તે કડવો લાગે છે, એમ કહીને તે લેવાની તેમણે ના પાડી આ ખજવાળનું કારણ શું એમ તે જાહેરે પૂછ્યું.

આ જાણત પૂજ્ય ગુરુદેવે સૌને સંજોધીને સમજાવ્યું કે આ ખજવાળનું કારણ લોહીનો જગાડ હોય કે ચર્મગગ હોય પણ મશુખ્તાદિ ક્વાથ લેવાથી લાલ જ થશે હા, લાખા સમયે અમર જણાશે આ જાહેરને માધનામા આ વિષ્ણુ જ ગણાય “પાતજલ યોગસૂત્ર”મા નવ જાતના વિષ્ણુ જાતાવેલા છે તેમા ગાત્રીરિક વ્યાધિ પણ એક વિષ્ણુ છે તેના માટે ઈશ્વરનું રાગલ એ જ ઉપાય છે ઈશ્વર દેહોનો વૈદ છે સર્વ ઔષધોનું ઔષધ ઈશ્વરનું શરણ છે એ મગ છે તો આપણા સર્વ વિષ્ણુ દ્વર કરે છે માટે જ દોષ પણ કાર્ય શરૂ કરતા પહેલા આપણે ઈશ્વરને પ્રાર્થના કરીએ છીએ અરે પ્રાણાયામ કરવામા પણ પહેલા ઈશ્વરને પ્રાર્થના કરીએ છીએ ઘણાને મવાલ થાય કે પ્રાણાયામ તો કું કું છું એમા ઈશ્વરને પ્રાર્થના કરવાની ગી જરૂર છે? પણ પ્રાણાયામ કરવામા વિષ્ણુ આવવા સહાય છે તેથી ઈશ્વરની પ્રાર્થના કરવાની જરૂર છે.

ધ્યાનના ત્રણ પગથિયા

પછી ખીલ એક માધકલાઈએ પૂજ્ય ગુરુદેવને કહ્યું કે તેમને ધ્યાનમા ખેમતા જ નિદ્રા આવે છે તેથી તેઓ કટાણી ગયા છે અને તેમને વિચાર આવે છે કે તેમને ધ્યાન લાગશે કે નહીં? લાખો વખત આવે અનુભવ થવા થી તેઓ કટાણી ગયા છે અને નિગશ થઈ ગયા છે.

આ જાણત પૂજ્ય ગુરુદેવે સૌને સમજાવ્યું કે નિદ્રા

આવવી એ પણ ધ્યાનનું એક પગથિયું છે. મનના વિચારો બંધ થાય ત્યારે જ નિદ્રા આવે છે. તેવી જ રીતે મનના વિચારો બંધ થવાથી જ ધ્યાન લાગે છે. તમોશુણ પ્રવર્તે છે ત્યાં મુઘી નિદ્રા આવે છે. તમોશુણ દૂર થતાં રજોશુણ પ્રવર્તે છે ત્યાં મુઘી દિવ્ય દર્શન, દિવ્ય શ્રવણ વગેરે અનુભવો થાય છે. અને રજોશુણ દૂર થતાં મરુત્વશુણ આવે છે ત્યારે ધ્યાનમાં આનંદ આવવા લાગે છે. એકેક પગથિયું ચલાય છે. અંતર પ્રમાણે માથે ઋચુક ઋચુક કક્ષામાંથી પમાર થવાનું હોય છે. આપણે ધ્યાન લગાવવું છે અને તે પહેલાંના જરૂરી સ્ટેજ (Stage) માંથી પમાર નથી થવું એ કેમ બને! આપણે અગ્નિ મળગાવીએ ત્યારે પહેલાં ધુમાડો થાય છે પણ પ્રચલન કરતા કરતા અગ્નિ બરાબર પ્રત્વલિત થાય છે અને ધુમાડો રહેતો નથી તે જ પ્રમાણે ધ્યાન લાગતા પહેલાં નિદ્રા વગેરે આવે છે તો અભ્યાસ ચાલુ રાખવાથી સ્થિર ધ્યાનની ત્રિધતિ પણ આવે છે નિરાશ ન થતાં અભ્યાસ ચાલુ રાખવો જોઈએ તોનાં બાળક શાળામાં ભણતા જાય છે ત્યારે પહેલાં એકડો, ધૂંટો છે. શરૂઆતમાં એકડો ધૂંટતાં ધૂંટતાં તે કોઈ વાર નાનડા જેવો થઈ જાય છે તો કોઈ વાર મીઠા જેવો થઈ જાય છે પછી ધૂંટવાની પ્રેક્ટિસ ચાલુ રાખે છે અને બગબર એકડો લાખી ગરે છે. તે જ પ્રમાણે ધ્યાનની લાર્ડનમાં પણ શરૂઆતમાં નિદ્રા આવે અને બીજા અનુભવો થાય પણ અભ્યાસ ચાલુ રાખતાં સ્થિર ધ્યાન લાગવા માટે છે

આપણી શુરુપરંપરા

આજે એક માધકલાઈએ પૂજ્ય શુરુદેવને પૂછ્યું કે આપણી શુરુપરંપરા કઈ? એના ઉત્તરમાં પૂજ્ય શુરુદેવે

કૃપા કરીને સમજાવ્યું કે વગિરડા ઋષિએ ભગવાન શ્રીરામચંદ્રજીને શક્તિપાત કર્યો. ભગવાન શ્રીરામચંદ્રજીએ તેઓશ્રી વનવાસમાં હતા ત્યારે અગત્ય ઋષિના પુત્ર મુતીદાસ ઋષિને શક્તિપાત કરેલો. આ પરંપરા ચાલી આવેલી છે અને એ જ પરંપરા આપણી છે.

જુદી જુદી પરંપરાવાળા સાધકો ધ્યાનમાં માયે
બેસી શકે છે

ખીજા એક સાધકભાઈએ પ્રશ્ન કર્યો કે એમના માલ જવામાં આવ્યું છે કે જુદી જુદી પરંપરાવાળા સાધકો એક સાથે સાધનામાં બેસે તો કોઈ કોઈને નુકસાન થવા સંભવ છે. તેમ જ જુદી પરંપરાવાળા યોગી પણ એવા સાધકોની વચ્ચે સાધના મમયે બેસે તો તે યોગીના શરીરમાંથી જે આદોલનો નીકળે તે સાધકોને કદાચ નુકસાન કરે, તો શું આ વાત માચી છે?

આ પ્રશ્નનો જલ્દી જ સ્પષ્ટ જવાબ આપીને પૂજ્ય ગુરુદેવે અમારી સૌની શંકાનું સમાધાન કર્યું. તેઓશ્રીએ કહ્યું કે યોગીઓના શરીરમાંથી જે આદોલનો નીકળે છે તે સર્વાનુ કલ્યાણ કરનારા જ છે. તેઓ પ્રાણનું ઉત્થાન કરનારા તથા કુંડલિની જાગ્રત કરનારા છે કુંડલિની સર્વ મનુષ્યોમાં એ જ છે સાધક ગમે તે દેશનો કે ગમે તે જાતનો હોય હિંદુ હોય કે મુસ્લિમ હોય, પાગલી હોય કે ખ્રિસ્તી હોય બધાયમાં કુંડલિની એકમગ્ની જ હોય છે એક મનુષ્યમાં એક જાતની કુંડલિની અને ખીજામાં ખીજી જાતની કુંડલિની એવું નથી. દરેક જોમ અને દરેક દેશમાં સંતપુરુષો થઈ ગયા છે અને અત્યારે પણ છે,

તેઓએ જનહિતનાં અનેક કાર્યો કરેલાં છે. કુંડલિની ગકિત
જાતન થયા વિના આવાં કાર્યો થઈ ન શકે. યોગીઓનાં ગદીર-
માથી નીકળતાં આંદોલનો મર્વનું શ્રેય કરનાર હોય છે
તેથી તેનાથી કોઈનું નુકસાન થવા મંભવ નથી.

પાત્ર-કુપાત્ર

આજે પાત્ર-કુપાત્ર વિષે સ્વચ્છતા પુનઃ શુદ્ધિ
સમજાવ્યું કે ખરેખર જોડો વિચાર કરીએ તો મમજાએ કે
જગતમા સૌ પાત્ર છે. ખીજની દીકા કરનાર અને તેને
કુપાત્ર ગણનાર આપણે કેવળ? મનુષ્યમાત્ર દોષિત છે.
નિહોંપ તો ફક્ત ઈશ્વર જ છે. આપણે ઈશ્વરમાથી જુદા
પડ્યા અને મંમાગમા જન્મ્યા એ જ ખતાવે છે કે આપણે
દોષિત છીએ. જો દોષને લીધે કુપાત્ર કહી શકાય તો મૌ
કોઈ કુપાત્ર છે એમ કહેવું પડે. દોષિત હોય તેને ખીજ
વિષે ન્યાય આપવાનો હક્ક નથી. નિહોંપ તો ફક્ત ઈશ્વર
જ છે. એ જ ન્યાય આપી શકે જેમ કોટ મા ન્યાયાધીશને
જ ન્યાય આપવાનો હક્ક છે, આરોપી ન્યાય ન આપી
શકે. તેવી જ રીતે કોઈને પણ કુપાત્ર ઠરાવવાનો આપણને
હક્ક નથી. વળી સંત-મહાત્માઓનું કામ જ કુપાત્રને પાત્ર
બનાવવાનું છે.

મંસ્કારની અમર પ્રબળ છે

[મુબર્ક, તા ૧૫-૨-૧૯૧૫]

આજે રવિવાર હોવાથી નિયમ મુજબ મવાગુનું મમૂહ-ધ્યાન વરલીમા મારે ત્યાં હતું. ધ્યાન પત્યા પછી ઘણા ખરા માધનો ચાલ્યા ગયા હતા થોડા માધનો પૂજ્ય ગુરુદેવના માન્નિધ્યમા બેસીને આનંદ માણી રહ્યા હતા તેમાથી એક ભાઈએ પૂજ્ય ગુરુદેવને પ્રશ્ન કર્યો કે આપની પાસે આવીને સખ્યાબધ ભાઈઓ અને બહેનો લાલ લઈ ગયા છે એમાથી એવા પણ થોડા છે જેમને ધ્યાન લાગતું હતું અને આનંદ માણી રહ્યા હતા આના દિવ્ય અનુભવ પછી પણ તેઓએ ધ્યાનનો અભ્યાસ મૂકી દીધો છે. એનું કારણ શું હશે?

એના ઉત્તરમા પૂજ્ય ગુરુદેવે મમબળ્યું છે મંસ્કારની અમર બહુ પ્રબળ હોય છે એમના મન્કાર એમને આ પ્રમાણે કરાવે છે મંસ્કાર પ્રમાણે સ્વભાવ ધરાય છે, અને તે પ્રમાણે માણુમ કાચો કરે છે જેમ ગામડામા ફવાના કાઠે રસ્તી ધમાઈ ધસાઈને પરચગમા ખાચ પડી ગયા હોય છે તે બાબુમા રસ્તી રાખીને પાણીનું વાસણ ખેચીએ તોપણ તે પાચામા જ રસ્તી મરી જાય છે તેવી રીતે નવા દિવ્ય અનુભવો મેળવ્યા પછી પણ મન જે વિચારો કરવા માટે ટેવાયેલું છે તે કાચામા જ તેના વિચારો ક્યાં કરે છે સારી સોબત અને કોઈ સંજોગોના કારણે થોડો વખત

ધ્યાનનો લાલ મગયા છતાં મંદકાગના ઘણે તે ટકતું નથી તમે જાણો છો કે હો — આપણે ત્યાં ધ્યાન માટે આવતા તેમને ધ્યાન પણ મારું લાગતું અને અનુભવો પણ માંગના આપણને એમ લાગતું કે તેઓ જલદી પ્રગતિ કરશે પણ દોઢેક મહિના પછી તેઓએ કહ્યું ધ્યાન લાઈનમાં માનવ વધ્યા પછી પૈમા કમાવવાનું જાણ થઈ જાય એવી છીંકે ધ્યાનમાં આવવાનું જાણ થયું.

જીવનમાં આધ્યાત્મિક કાર્યો અને સાધનાને

પ્રાધાન્ય મળવું જોઈએ

એ જ નાધનામાં જોઈને પ્રથમ કાર્યો કે એક સાધના લાઈ છે તે જલેથી જ ધર્મિક વલણના છે, અને આપની એમના પર પરમ કૃપા જીતરેલી હોવાથી તેને અને તેમના કુટુંબમાં મૌન ધ્યાન પણ મારું લાગે છે તેમના ધર્મના મૌન માંગ અનુભવો પણ થયા છે છતાં તે લાઈ નિયમિત ધ્યાનમાં જોમતા નથી અઠવાડિયે કે પદ્મ દિવસે એક વાગ તેઓ ધ્યાનમાં જોસે છે આમ કરવાનું કારણ તેમને પૂછીએ તો કહે છે કે મોકરી એવી છે અને વ્યાવહારિક કામકાજ એવું રહે છે કે ધ્યાનમાં નિયમિત જોગતું નથી તો આવું કારણ શું હશે ?

આવું કારણ પૂજ્ય શુરુદેવે મમનજી કે જીવનમાં વ્યાવહારિક કાર્યો તો છે જ અને જલેવાના જ છે પણ કેને વધારે મહત્ત્વ આપવું તે માણસે મમનજી જોઈએ કયા કામને પ્રાધાન્ય આપવું અને કયા કામને ગૌણ ગણવું તે સાધકે જાણવું જોઈએ આધ્યાત્મિક કાર્યોને અને નાધનાને પ્રાધાન્ય મળવું જોઈએ તો જ પ્રગતિ થશે. આધ્યાત્મિક પ્રગતિ થશે તો જીવનમાં સુખ અને શાંતિ

મળશે, નહીં તર દુનિયામાં ગમે તેટલું ધન મેળવશે કે મત્તા
 મેળવશે તોપણ સુખ અને શાંતિ મળવાનાં નથી. આપણાં
 એક સાધકબહેન છે. તેમની પામે અઢળક ધન છે ઘરમાં
 પણ સુખી હોય એમ દેખાય છે. પણ હુમણા હુમણાં
 એમને નિદ્રા નથી આવતી. તે બહેનને ધ્યાન લાગતું હતું
 પણ નિયમિત અભ્યાસ ચાલુ રાખ્યો નથી તેથી એમની
 પ્રગતિ થઈ નથી અને ખરી વસ્તુ પ્રાપ્ત થઈ નથી, માણસને
 જીવનમાં બધું જ મળે પણ આ વસ્તુ ન મળે તો એને
 સુખ અને શાંતિ મળતાં નથી માટે આ અભ્યાસને અને
 સાધનાને મૌથી વધારે મહત્ત્વ આપીને તેમાં નિયમિત
 પદ્ધતિ જોઈએ ધ્યાનના કાર્યક્રમને જીવનમાં વણી લઈને
 રોજનીગીમાં દાખલ કરી દેવો જોઈએ. જેમ માણસને એક
 દિવસ પણ જમ્યા વિના ચાલતું નથી કેમ કે તે શરીરને
 ખોરાક છે, તેમ ધ્યાન પણ આત્માનો ખોરાક છે એમ
 મમજી ધ્યાનમાં બેઠા વિના પણ તેને ગમવું જ ન જોઈએ
 ધ્યાનને પોતાની એક પૂજા જ મહત્ત્વની જીવનની જરૂરિયાત
 ધરાવતી દેવી જોઈએ તો જ તેની પ્રગતિ થશે અને તેના
 ફળ જલદી આપવા મળશે.

રમવા લાગે કે તરત જ છૂટવા લાગે છે. એમને જે અમૂલ્ય વસ્તુ પ્રાપ્ત થઈ છે તેનો પોતાના સંસ્કારબળે કરીને આવેલ દુરઉપયોગ કરે છે.

તે ભાઈ કહેતા હતા કે બ્યારે તે ધંધાને કે બીજા કોઈ કારણને લીધે કંટાળી જાય છે ત્યારે રૂમ બંધ કરીને ધ્યાનમાં બેસી જાય છે. આથી એમને શાંતિ મળે છે અને તાજબી આવી જાય છે. પણ આ વસ્તુ મળી છે તેનો ઉપયોગ મનુષ્ય-જન્મનું પદમ ધ્યેય પ્રાપ્ત કરવા તેઓ કરતા નથી. આતું કારણ પણ એમનું સંસ્કારબળ છે.

૩૧

ભાઈનો નવો અવતાર જાણીને શો ઉપયોગ ?

[મુંબઈ, તા. ૧૫-૧-૧૯૬૭]

એક માધકબહેને પૂજ્ય ગુરુદેવને વિનંતિ કરી કે આપ તો યોગચાક્ષિત ધરાવો છો અને સર્વજ્ઞ છો, તો કૃપા કરીને મને કહો કે મારો એક નાનો ભાઈ જે થોડા વખત પહેલાં શુભદ્રી ગયો છે, તે અત્યારે ક્યા છે ? એને શાનો અવતાર મળ્યો હશે અને તે શું કરતો હશે ? હું એ જાણવાને બહુ જ આતુર છું. તે મને ખૂબ વહાલો હતો.

પૂજ્ય ગુરુદેવે તે બહેનને ઉત્તર આપ્યો કે તે જાણી ગયાય પણ તેનો શો ઉપયોગ ? ધારો કે તમને જાણવામાં આવે કે હલદી કોલીના ગ્રાણીના જેવો કે કૃતરાનો અવતાર તેને મળ્યો છે, તો તમને તે જાણીને કુઞ્જ થશે અને

તેનો ચારો અવતાર મળ્યો હોય તોપણ તેથી તમને શો ફાયદો ?

૩૨

રજોગુણના પ્રાધાન્યમાં ધ્યાનમાં રુચિ ન થાય

[મુળ, તા ૧૫-૭-૧૮૬૭]

આજે મેં પૂજ્ય ગુરુદેવને પ્રશ્ન કર્યો કે એક ભાઈ ટેટલાક વર્ષોથી સારુ કીર્તન કરે છે તથા માનવસેવા માટે ટેટલીક સામાજિક સંસ્થાઓ ચલાવે છે તેઓ પોતાના સ્વાસ્થ્યની પગલા ક્યાં વિતા શહેરોમાં તેમ જ ગામડાઓમાં ફરે છે વળી તેઓ કીર્તન કરતા હોય છે ત્યારે એટલું સરમ ભાવભરેલું ગાય છે કે ભક્તિાનુ અને મંગીતનુ વાતાવરણ બની જાય છે સાલજનારને જાણે કે સંગીતસમાધિ કે ભાવમમાધિ લાગી જશે એવું અરસ વાતાવરણ બની જાય છે તેમણે આપના દર્શન ઘણી વાર કર્યા છે તથા તેમને ત્યાં આપની પદગમણી પણ કરી છે આપની માથે તેમણે ધ્યાન અને સમાધિ વિષે ચર્ચા પણ કરી છે આપે એમને કહેવું કે, તમારે તો બધું તૈયાર છે કામ બગબર થઈ જશે અને ધ્યાનની લાઈન સાફ થઈ જશે છતાં તો ભાઈ કોઈ વખત ધ્યાન માટે આન્યા જ નહીં એવું કારણ શું હશે ?

પૂજ્ય ગુરુદેવે એ પ્રશ્નના જવાબમાં મમનબુદ્ધિ કે એ ભાઈને હું છે કે ધ્યાનની લાઈન લાગે તો એમને એમની

બધી પ્રવૃત્તિઓ મૂકી દેવી પટે અને એમની આ ચંચળતા
ચાલી લય રહ્યો એમનામા મન્દારના બળે કઠીને અને
શુભતુ પ્રાધાન્ય છે, તેથી જ તો આ બધી પ્રવૃત્તિઓ
ઠાટ્યી એમને ગમતી નથી

૩૩

યોગ્ય અને માર્ગિક આહાર લેવો ભેદ એ

[મુબર્ક તા ૧૦-૧૦-૧૮૯૭]

પૂજ્ય ગુરુદેવ બિહારથી તા ગ્લુમી મરે જરે પધાર્યા
છે ટો પાઠકને ત્યા જ લિખ્યા છે તેઓશ્રીની તબિયત
મિહાનમા જ બગટેલી, ખાત્રી હમ, નબળાઈ, તાવ વગેરે
હતા મુબઈમા ખાત્ર ટોકટગને તબિયત બતાવી છે ચિકિત્સા
ચાલે છે દસેઠ દિવસમા આઠ આની જેટલો તબિયતમા
શાયદો લાગે છે

માને બિહારથી એક બાઈ તેઓશ્રીના દર્શને આવ્યા છે
ધ્યાન પહી થોડા માધકો પણ પૂજ્ય ગુરુદેવના સાન્નિધ્યમા
બેઠા હતા ટો પાઠકે નવા અતિથિને દૂધ તથા દેળા નામ્તા
માટે ધ્યાં તેઓએ દૂધ પીધુ પણ કેળા લેવાની ના પાડી
અને કયુ કે ગરે તેઓ ખાતા નથી પહિલા તેઓ રાત્રે
મદિનમા બેસતા ત્યારે પણ કંઈ જ લેતા નહીં અને લેતા
તો ગમ થતો

આ માલગીને પૂજ્ય ગુરુદેવે તેમને કહ્યુ કે કાઈ ન
ખાવ તો જેસ થાય ખાવ તો ન થાય ગીતામા પણ

ભગવાને કહ્યું છે કે “યુક્તાર વિદ્યાર્થ્ય ..”. યુક્ત એટલે યોગ્ય આહાર લેવો જ જોઈએ. તદ્દન ભૂખ્યા પણ ન ગહેવું અને ખૂબ વધારે પડતું પણ ન ખાવું. કેટલાક લાઈઓ ઉપવાસમાં જાત જાતની ફરાળી વાનગીઓ ખનાવડાવીને પેટ ભરીને જમે છે. અને તેઓએ કળાહાર કર્યો એમ કહે છે તે તદ્દન અયોગ્ય છે પ્રમાણસર યોગ્ય સાર્વિક આહાર લેવો જોઈએ

ખેચરી મુદ્રાથી પોપણ મળે છે

પછી ડા. પાઠકે પૂછ્યું કે ખેચરી મુદ્રાથી દિવસો મુધી ખોરાક વગર ચલાવી શકાય છે એ વાત ખરી છે ?

એના ઉત્તરમાં પૂજ્ય ગુરુદેવે સમજાવ્યું કે માણસને તાણુમાંથી અમૃત ઝરે છે. તે મામાન્ય રીતે આપણે ગળી જઈએ છીએ અને હોજરીમાં તે ગળી જાય છે. પણ ખેચરી મુદ્રા કરીને આપણે તે ગળી જતા નથી પણ જીભ ઉપર ઝીલી લઈએ છીએ. તેથી તે જીભ દ્વારા ગોપાઈને શરીરમાં ફરે છે અને પોપણ આપે છે થોડા દિવસ એટલે કે એજોક મહિના અથવા અમુક મયાંદિત મમય મુધી આમ ચલાવી શકાય છે. વધારે ન ચાલે કારણ કે તે અમૃતગમ આપણા લોહીમાંથી જ બનતો હોવાથી જો લાંબો મમય મુધી ખોગક ન લેવાય તો લોહીમાંથી પણ પોપક તરતો ખરી જાય છે. અને અમૃતરસ બનતો જંધ થઈ જાય છે. માટે પછી તો ખોગક લેવો જ પડે છે વળી ખેચરી મુદ્રા કરીને અમૃતરસમાંથી જ પોપણ મેળવતા પણ શારીરિક પ્રવૃત્તિ વધારે કરી શકાતી નથી. હા, પોતાનું નિન્યકર્મ અને નાશના વગેરે થઈ શકે તેટલી શક્તિ તેમાંથી મળ્યા કરે છે. યોગમાં આગળ વધતા સૂર્યમાંથી, વાતાવરણ અને

આમશમાંથી પણ યોગી પોષણ મેળવી શકે છે પણ છેવટે તો તેને યોગક લેવો પડે છે કાળુ કે શરીર પંચમહાભૂત-
નું બનેલું છે અને યોગકમાંથી જ તે તત્ત્વો મેળવાય છે.

૩૪

ત્રીઓથી ત્રીહનુમાનજીને સ્પર્શ થાય કે ?

[સુબર્ષ, તા. ૧૪-૧૦-૧૯૧૬]

પૂજ્ય ગુરુદેવશ્રી હેતલા ત્રણ દિવસથી વરલીમા
મારે ત્યાં બિગળે છે બિહારમાંથી જ તેઓશ્રીની તબિ-
યત બગડેલી તેથી તો તેઓશ્રી દિવાળી લગભગ સુબર્ષ
પંચાંગવાના હતા પણ વહેલા આવી ગયા અહીંની ચિકિત્સા
(Treatments) અને સલાજથી તેઓશ્રીની તબિયતમાં જલદી
સુધારો થવા લાગ્યો તેથી અમને સૌને તો આનંદ થયો
પણ તેઓશ્રીનેય મંત્રોષ થયો તેઓ કહે છે કે “એ તો
ધાત્રેલું” કે આ વખતે મારે ઓછામાં ઓછું એક મહિના-
નો ખાટલો થશે પણ આટલું જલદી સારું થયું તેથી મને
તવાઈ લાગી આજ સુધી મને એલોપથીમાં શ્રદ્ધા ન હતી
અને હું નિંદા કરતો હતો પણ આ વખતે મને અનુભવ
થયો કે એલોપથીમાં પણ લોહીમાં બગાડો હોય તે દૂર
કરીને તે દ્વારા કફને મટાડવાની અને કફને દૂર કરવાની
આવી ઝડપથી કામ કરે તેવી દવા છે”

(પૂજ્ય ગુરુદેવશ્રી બિહારમાં રાહતકાર્ય આટોપીને
તા ૨૬મી સપ્ટેમ્બર, ૧૯૬૭ના રોજ સુબર્ષ પંચાયત ત્યારે

તેઓશ્રીને દમ, આંમી, નળનાઈ, ઝીણો તાવ વગેરે હતાં. આને તેઓનું લોહી તપાસ કરાવતા લોહીમાં બગાડ પડે તકા ઈઓઝીનોફોસ્ફેટ હતા. મુંબઈમાં ચોગ્ય ઇલાજ અને સારી મંજાળ વગેરેથી તેઓશ્રીની તબિયત જલદી સુધરવા લાગી)

આને એક બહેન અને એમના પતિ જેઓ બંને પૂજ્ય ગુરુદેવના ભક્ત છે, તેઓ તેઓશ્રીનાં દર્શને આવેલાં છે. તે બહેને પૂજ્ય ગુરુદેવને પ્રશ્ન પૂછ્યો કે ઘણી બહેનો કહે છે કે સ્ત્રીઓથી 'હનુમાન ચાલીસા' ન બોલાવ અને હનુમાનજીની મૂર્તિને સ્પર્શ ન થાય તે માથું હશે ?

તેના જવાબમાં પૂજ્ય ગુરુદેવે સમભવ્યું કે પ્રભુને અને માયા મંત્રપુરુષને મન સ્ત્રી પુરુષનો ભેદ નથી એ ભેદ મામાન્ય માણસો માટે છે. શ્રી ગુરુદેવજી અને શ્રી વ્યાસજીનો પ્રસંગ છે તે એ જ વાત મમલવે છે, શ્રી ગુરુદેવજી તો ગોટી પણ પડેયો વિના દોડ્યા જતા હતા, પાછળ તેમના પિતાશ્રી વ્યાસજી હતા રસ્તામાં એક જળાશયમાં ઠેલક સ્ત્રીઓ વચ્ચે કાઢીને સ્નાન કરતી હતી. ગુરુદેવજી તેમની નજીકથી નીકળ્યા ત્યારે એમ જ સ્નાન કરતી રહી પણ વ્યાસજીને જોઈને દોડીને વચ્ચે ધારણ કરી લીધા. ત્યારે વ્યાસજીને શંકા થઈ અને તેમણે સ્ત્રીઓને પૂછ્યું, “મારો ભુવાનદીકરો તદ્દન નગ્ન અવસ્થામાં અહીંથી પસાર થયો ત્યારે તમે વસ્ત્ર ન પહેયાં અને મને દૂરથી જ જોઈને તમે જલદી જલદી વચ્ચે ધારણ કર્યાં એનું કારણ શું ?” જવાબમાં તે સ્ત્રીઓએ કહ્યું, “તમારો પુત્રમાં સ્ત્રીપુરુષનો ભેદ જ નથી જ્યારે તમારામાં તે ભેદ છે. માટે અમે વચ્ચે ધારણ કર્યા ”

શ્રીહનુમાનજી લંકામાં અશોકવાટિકામાં ગયા અને

મીતાણને મળીને ક્યું, “શ્રી ભગવાનની આજ્ઞા નથી. નહીં તો હમણા જ હું આપને માગ ખભે બેસાડીને ભગવાન ગમચ દ્રુ પામે લઈ જઈ.” પણ મીતાણએ ના પાડી અને ભગવાનની પણ આજ્ઞા એમ કુવાની ન હતી ક્રમ મીતાણની ગોષ્ઠ કરવાની જ ભગવાનની આજ્ઞા હતી પણ આ ઉપરથી આપણને જાણવા મળે છે કે પ્રહાર્યારી હનુમાનજીવી શ્રીઓને સ્પર્શ ન થાય એમ હોત તો પોતે લોક જતી વખતે સુષ્પા નામની ગપોની માતાના પેટમાં પ્રવેશ કરીને બહાર નીકળ્યા, મધુક્રમા વચલી રાક્ષસી જે આકાશના જંતુઓને મારીને ખાઈ જતી તેને હનુમાનજીએ મારી નાખી, તેમ જ લક્ષ્મી પ્રવેશ કરતી વખતે લંકાની નાગની રાક્ષસીને મુકો મારીને પાડી દીધી અને મીતાણને પોતાના ખભે બેસાડીને લઈ જવાની વાત તેઓ કરત જ નહીં પ્રહાર્યારીને પણ મા અને બહેન તો હોય જ ને ! તે બધી શ્રીઓને બહેન અને માતાના લાવથી જુએ છે પોતાની બહેન અને માતાને પ્રહાર્યારી સ્પર્શ ન કરે ?

એક માધુ હતો તે શ્રીપુરુષોમા બહુ લેદ ગણતો તેના પ્રવચનમાં અને ભજનકીર્તનમાં ક્રમ પુરુષોને જ આવના દેતો શ્રીઓને બહાર કાઢતો ત્યાં એક સત આચાર્ય તેમણે શ્રીઓને પણ મહાળીમાં આવવા દીધી અને પેલા માધુને કહ્યું કે જો તું આકાશમાંથી પડ્યો હોય તો શ્રીઓને મહાળીમાં ન આવવા દે, પણ શ્રીના ગર્ભમાં જો જન્મેલો હોય તો શ્રીઓને કાઢી મૂકવાનો તને શો અધિકાર છે ? ક્યાણનો માર્ગ તો સ્ત્રીપુરુષ બને માટે છે દક્ષ પુરુષો માટે જ નથી વૃષાણકી છે તારા મનમાં જ પાપ છે, તેથી આટલો બધો લેદ રાખે છે તે સાધુ મમ

ગયો અને મતના પગમા પડયો તથા ત્રીપુરુષોનો લે
મનમાથી ઠાઠી નાખ્યો આ એક બનેલી જિના છે

૩૫

ત્રાટક

[મજ્જ, તા ૨૧-૭-૧ ૬૮]

એક વૃદ્ધ માધ્વબાર્ધ ધ્યાન મારે પૂજ્ય ગુરુદેવ પાને
આવે છે તેઓ ઘણા વરમથી જાતે ધ્યાનનો અભ્યાસ
કરે છે પણ તેમની એ રચિયાદ છે કે તેઓ ધ્યાનમા બેને
ત્યાગે જુકુટિમા માગી ચાલતી હોય એવું દરદ થાય છે
અને આગળ પ્રગતિ ન હી થતી તેઓ ત્રાટકની જેમ આખે
ખુદની રાખીને ધ્યાનમા બેમવાનો અભ્યાસ ઘણા વરમથી
કરે છે પૂજ્ય ગુરુદેવે ઘોડા દિવસ પહેલા તેમને શશ્ત્રિપાત
દ્યેા ધ્યાન મારુ લાગ્યુ પણ જુકુટિમા ખેચાણુ ગહે દે
એમ તેમનુ કહેવું છે આખો ખુદની રાખીને ધ્યાનમા
બેમવાના ઢારણુમા એમણે જણાવુ, ‘શ્રી રમણ મહાપિ અને
ખીજા મહાત્માઓના અને સતપુરુષોના દ્રાટાઓ જોતા
મને લાગ્યુ કે તેઓ સૌની આખો ખુદની હોય છે, તો મારે
પણ આખો ખુદની રાખવી’

આ જાણતો વિષે પૂજ્ય ગુરુદેવે મરસ સમજ પાડી
કે આખો બધ ઋગીને જ ધ્યાનમા બેમાય ત્રાટક કરવુ
ટોય તો તે પદ્ધતિમા આખ ખુદની જમાય છે પણ તેમા
અનુક નિયમો ટોય છે તે પ્રમાણે જ કરવુ જોઈએ પુસ્તક

વાંચીને આંખ ખુલ્લી ગણીને ધ્યાન કરવાથી નુકસાન થાય છે આ તો ઠીક છે. નહીં તર આમ કરવાથી આંખો તથા છે એવી રીતે આંખો જયેલી હોય એવા મેં જોયા છે. અમાન ધણા માધકોને ધ્યાનમાં આંખો ખુલ્લી ગહે છે. એ વખતે એમની આંખમાં દ્રવ્યો પડે તોપણ જાન ન હોય એવું જોડું ધ્યાન હોય. છતાં લાંબો વખત આંખો ખુલ્લી રહેવાથી તેમને કાંઈ પણ નુકસાન થતું નથી કાગળ કે તેઓ પાતે આંખો ખુલ્લી ગણના નથી. ધ્યાનમાં જ આંખો ખુલ્લી જાય છે, શક્તિ જ તે કરે છે ગર્જિત જે કરે તેમા શરીરને હાનિ થતી નથી. આપણે જાતે કરીએ તેમા હાનિ થવા અશક્ય છે.

અમલ મહર્ષિ જેવા મહાસંતોની આંખો ફાટામાં ખુલ્લી રહેવાય છે પણ તે ફાટાઓ તેમની ખુબ જ આગળ વધેલી સ્થિતિ પછીના હોય છે તે પહેલા કેટલાય વરસો સુધી તેમણે કોઈ નપચા અને સાધના કરી હોય છે. તે વખતે તેમની સ્થિતિ કેવી હતી તેનો ખ્યાલ આપણને તેમનું જીવનચરિત્ર વાંચવાથી આવે છે

આ સાધકોનાઈને પૂજ્ય શુક્રદેવે અમલજીં કે તમારે આજ્ઞાચક ઉપર આવગળું હર્ષ તે હતી મયું છે આજ્ઞાચકના બેદનમાં જ બહુ સમય લાગે છે. ત્યાં કમળને બે જ પાદડીઓ છે પણ સમય વધારે લે છે કારણ કે તે છેલ્લું ચક્ર છે નીચેના પાંચ ચક્રો ભેદાતાં સમય લાગે છે તેના કરતા બમણો અગર એથી પણ વધારે સમય આ ચક્રને ભેદતા લાગે છે. ધણા માધકોને ત્યાં કાગળ જેવું પાતળું આવગળું હોય છે. તેથી આગળ પ્રગતિ થતી નથી અને અમુક ક્રિયાઓ લાંબા સમય સુધી થવા જ કરે છે. પછી તેઓશ્રીએ કા.

પાઠકનેા દાખલો આપ્યો (ડો પાઠકને ૨૫ વરસ મુધી
ખૂબ જ ક્રિયાઓ થતી હતી પરંતુ પૂજ્ય ગુરુદેવની કૃપાથી
તે આવરણ તરત જ દૂર થયું હતું અને બધી ક્રિયાઓ
બધ થઈ શાત સમાધિ લાગી ગઈ હતી)

૩૬

ગુરુદત્ત મત્રનો જપ કરવાની સાચી રીત

[મુબર્ક, તા ૨૮-૭-૧૯૬૮]

આજ સમૂહધ્યાન પછી સૌ માધકો પૂજ્ય ગુરુદેવના
માન્નિવ્યમા બેઠા હતા આવતીકાલે તેઓથી બધવડ પધાર
વાના છે તેથી આજે તેઓથીના સાન્નિધ્યનો વધારેમા વધારે
લાભ લેવા મૌ આતુર હતા એવામા પૂજ્ય ગુરુદેવે શ્રી
મુહમ્મદે જેઓ નવા જ સાધક છે અને જેમને તેઓશ્રીએ
ભૂતશુદ્ધિ મત્ર આપીને જપ કરવાનો ડહોલ તેમને નજીક
ખોલાવ્યા અને પૂછ્યું કે મત્રજપ બરાબર ચાલે છે ને ?
માળા કરતા કળ્તા સ્થિર થઈ જવાય છે ને ? અથવા માળા
કળ્તા કળ્તા એકાન્તતા આવતા માળા હાથમાથી પડી જાય છે
ખરી કે ?

તેના જવાબમા ત્રી મુઠ્ઠરમે કહ્યું, ‘હું એ મત્રની
માળા બરાબર ડરુ છું બાકીના મમયમા પણ આગળીના
વેઠા ગણીને હું મત્રજપ કરુ છું’

આ માલળીને પૂજ્ય ગુરુદેવે મત્રજપ અને માળા
કરવાતું મહત્ત્વ બહુ સરમ રીતે સમજાવ્યું બધા માધકો

મુઝ થઈને તે માંભળી રહ્યા. તેઓઘીએ કહ્યું કે માળા કંવાનો હેતુ એ છે કે તે મંત્રમાં આપણું મન એકાગ્ર થાય. હવે જો આપણે આંગળીના વેઠા ગણીને મંત્રજપ કરીએ તો વેડા ગણવામા જ મન ચાલતું રહે. એક માથે હાથના બાર વેડા છે. વેડા ગણતાં ગણતાં એવા નવ વખત ગણાય ત્યારે એક માળા થાય તેથી તે રીતે આપણું મન મતલ અંચળ રહ્યા કરે છે. જ્યારે આપણે તો મનને એકાગ્ર કરવું છે આમાં આપણો હેતુ પાર પડતો નથી માળા કરતા કરતાં પણ મનને મંત્રમાં એકાગ્ર થતા રોકવું નહીં. માળા ફેટી બંધ થઈ જાય અથવા માળા હાથમાથી પડી જાય એ તો મારું છે, પણ માળા ફેટવામા મનને જાગ્રત રાખ્યા કરો તો મંત્રજપનો અર્થ કાર્ય નથી. મંત્રજપ કરતા કરતા માળા સ્થિર થઈ જાય અથવા હાથમાથી પડી જાય એ બધી મનની એકાગ્રતાની નિશાની છે મનને એકાગ્ર થતા રોકવું નહીં આપણો હેતુ અમુક સખ્યાના જપ કંવાનો નથી પણ મનને એકાગ્ર કંવાનો છે એ વાત સમજવાની છે.

માથે નિર્ભય થવું જોઈએ અને શકિતમાં
શક્તિ રાખતી જોઈએ

ત્યાર પછી પૂજ્ય શુરુદેવે શ્રી મુંદરમને બીને પ્રશ્ન પૂછ્યો કે હવે તેમને મનની એકાગ્રતા થાય છે? તેના જવાબમા શ્રી મુંદરમે કહ્યું, “હા, હવે મને મનની એકાગ્રતા થતી હોય એવો અનુભવ થાય છે. આપની આજ્ઞા પ્રમાણે મારાં પત્ની અને બાળકો પણ મારી સાથે ધ્યાનમાં બેસે છે. પણ મારાં પત્નીને ધ્યાનમા એક એવો અનુભવ થાય છે કે તેને ડર લાગે છે. બાળકે હજારો માણસો બોલતા

હોય અને એનો પડઘો રૂમમા પડતો હોય એવું એને મ લાગાય છે તેથી તે ડર છે ”

પૂજ્ય ગુરુદેવે આના જવાબમા બહુ મરસ સમજણ પાડી કે માધનામા પડ્યા પછી નિર્ભયતા કેળવવી જોઈએ. ભય લાગે તે આમાન્ય છે. પચકલેગો જેવા કે રાગ, ક્રોધ, અજ્ઞાન, અભિનિવેષ અને અશ્મિતા છે. પણ અભિનિવેષ એટલે મૃત્યુનો ભય તે સર્વમા હોય જ તે અજ્ઞાનને લીધે છે. સાધકે નિર્ભય બનવું જોઈએ, નહીં તર પ્રગતિ ન થાય.

પછી તેઓશ્રીએ અમાગ મડળના ઢેદલાક સભ્યોના દાખલાઓ આપ્યા. એક સાધકભાઈને ધ્યાનમા એમ લાગતું કે એમનું માથું મોટું થતું જાય છે અને મોટું થતું થતું આખો ઓગડો ભરાઈ ગયો એમ લાગ્યું. એમને ડર લાગ્યો અને આખ જૂની ગઈ ધ્યાન તૂટી ગયું. પોતે જોયું તો પોતાનું માથું તો હતું તેવડું જ છે જાણી એમને ડર લાગેનો. એમણે મમજવું જોઈએ કે ઓરડો ભરાઈ જાય એવડું મોટું માથું થાય તો દીવાલ સાથે અથડાય છતાં અથડાયું તો નહીં તો શા માટે ભય લાગ્યો અને આખ ખોલી ?

પોરબદ્ધમા એક સાધકને ધ્યાનમા અનુભવ થયો કે તેનું શરીર જીવે ચડતું જાય છે અને એને ડર લાગ્યો. કેટલું જીવે તો ચડુ છુ પણ પાછો નીચે નહીં આવી શકું તો ? તેણે આખ ખોલી નાખી તો જોયું કે પોતે તો પોતાના આસન પર જ બેઠેલ છે જગત જીવે જીડેલ નથી તેણે વિચાર કર્યો જોઈતો હતો કે હું તો ઓગડામા બેઠો છું અને જીવે જીડતો હોઉં તો છત માથે મારું માથું તો અથડાય ને ! અને જો પોતે જીડતા હોય તોપણ પોતે

નીચે નહીં આવી શકે એવો રસ્તો શોધો? માથું તો છત
 સાથે અચડાયું નથી. પોતે જાતે તો ઊડતા નથી ને! બીજી
 કોઈ શક્તિ જ એમને ઊડવાનો અનુભવ કરાવી રહી છે.
 જે શક્તિ ઊડાડી શકે તે શક્તિ જ મંભાળીને નીચે લાવી
 શકે એવી શ્રદ્ધા તે શક્તિમાં હોવી જોઈએ. એના બદલે
 લય ગાળીએ તો પ્રગતિ ન થાય

બીજો એક અભિનિવેષનો દાખલો પૂજ્ય શુરુદેવે
 એક સંન્યાસીનો આપ્યો. તે સંન્યાસી સાધના કરવા ગેસે
 ત્યારે એમની કુંડલિની આજ્ઞાચક્રથી ઉપર ચડવા માટે,
 નીચેના અવયવો પગ, પેટ, છાતી વગેરેમાંથી ચેતન જતું
 હોય અને તે લાગ જોડા પડી જતા હોય એમ લાગવા
 માટે. આથી જાણે હું હમણા મરી જઈશ એવો હું લાગે.
 એ રસ્તો તે સંન્યાસી આખો જોડી નાખે આ વાત તેમણે
 પૂજ્ય શુરુદેવને બંધવડ પત્રમાં લખી પૂજ્ય શુરુદેવે તેમને
 બંધવડ જોડાવ્યા અને પોતાની માથે શુદ્ધિમાં ધ્યાનમાં
 બેસાડ્યા. એ વખતે તેમને ઉપર લખ્યો તેવો જ અનુભવ
 થયો પણ મનમાં એમ થયું, 'પૂજ્ય શુરુદેવ આજુમાં જ છે.
 તેઓ મને મગવા નહીં દે' તેથી તેમને વધારે બય ન લાગ્યો.
 ત્યારે એમના આજ્ઞાચક્રનું લેહન થઈ ગયું અને કુંડલિની મહા-
 મારમાં પહોંચી ગઈ એમનું કામ થઈ ગયું. કુંડલિની આજ્ઞા-
 ચક્રથી ઉપર ચડે ત્યારે ઘણાને બય લાગે છે કારણ કે અવયવો-
 માંથી ચેતન ઉપર ચડતું નથી. પણ આનંદ પણ એવો જ
 આવતો હોય છે. પહેલી વાર કુંડલિની આજ્ઞાચક્રથી ઉપર નથી
 ત્યારે જ આવો અનુભવ થાય. વસ્તુ માધ્યમ થઈ ગયા પછી
 કદી નહીં. આ સાધકભાઈ સંન્યાસી હતા પણ તેમને મૃત્યુનો
 રસ્તો હતો. તેથી એમનું કામ અટકેલું હતું

આવા વખતે મૃત્યુનો ભય લાગવાના ખીલ દાખલા-
પણ બનેલા છે. મારે એક મોટો દીકરો છે તેને આવે!
જ અનુભવ થયેલો એને એ વખતે લાગ્યું કે હું હમણા
મરી જઈશ પણ હું એ વખતે એની બાબુમા જ હતો. તેથી
એને લાગ્યું, “પૂજ્ય મહારાજશ્રી મને મરવા નહીં દે.”
અને એનું કામ પૂરું થઈ ગયું.

કુંડલિની વિષે, સુષુમ્ણા વિષે, ચક્રો વિષે તથા કુંડલિની
ઉત્થાન વિષે પુસ્તકિયું જ્ઞાન હોવાથી કાઈ લાભ નથી થતો.
પણ એ બધાને પ્રત્યક્ષ અનુભવ થાય ત્યારે જ કામનું
ગજકોટમાં એક શાસ્ત્રીજી હતા તે રોજ ધ્યાનમાં જેસે
અને લાવ કરે કે કુંડલિની મણિપુર ચક્રમાં આવી, કુંડલિની
અનાહત ચક્રમાં આવી, વિશુદ્ધ ચક્રમાં આવી વગેરે. લાખા
વખતથી આમ પ્રેક્ટિસ કરે પણ તેમને પ્રત્યક્ષ અનુભવ
કુંડલિની ઉપર ચડવાનો જરાય નહીં. કુંડલિની સુષુમ્ણામાં
ઉપર ચડે ત્યારે સૌ સૌના સંસ્કાર પ્રમાણે નવાનવા અનુભવો
થવાના જ.

૩૭

વક્રીલો આ લાઈન માટે પાત્ર ગણાય કે નહીં ?

[મુજર્મ, તા ૨૪-૮-૧૯૬૮]

નાસિકથી શ્રી જયતીલાલ યાજ્ઞિક જેઓ અમારા
સ્નેહી છે અને ત્યાના સારા વક્રીલ છે, તેઓ પૂજ્ય ગુરુદેવનું
પુસ્તક ‘સાધક સંદેશ’, વાંચીને પૂજ્ય ગુરુદેવના દર્શન

અને બને તો 'સાધનત્રીશા' માટે આવેલા છે. તેમને લઈને હું દો. પાઠકને ઘેર કે જ્યાં પૂજ્ય ગુરુદેવ બિરાજે છે ત્યાં ગયો. દર્શન કરીને અમે સૌ બેઠા હતા, ત્યારે જયંતી બાઈએ પૂજ્ય ગુરુદેવને પ્રશ્ન કર્યો કે શું વકીલો આ લાઈન માટે પાત્ર ગણાય ખરા કે ? પૂજ્ય ગુરુદેવે જવાબ આપ્યો કે મનુષ્યમાત્ર પાત્ર ગણાય. મનુષ્ય દેહ મળ્યો છે માટે જ પાત્રતા મળી ઠહેવાય.

વકીલ માહેળે બીજો પ્રશ્ન કર્યો : “પણ ગુરુજી, અમે ઘરમાં આ સાધના કરીએ અને ધંધા માટે કોર્ટમાં અને કોલેસમાં જઈને અસત્ય બોલીએ તથા અસત્ય કામ કરીએ. અમે બાણીએ છીએ કે અમારો અમીલ હોષિત છે, છતાં એને કાયદામાંથી છટકવા માટે ખોટી સાક્ષી આપવા શીખવીએ અને કોર્ટમાં એનો ખોટો બચાવ કરીએ. આ બધું પૈસા માટે કરીએ છીએ તે અમને અંતરમાં ઠંજે છે. સાધના કરવા બેસીએ ત્યારે મનમાં વિચાર આવે કે અમે પાપી છીએ”

પૂજ્ય ગુરુદેવે ઉત્તરમાં જણાવ્યું : ‘હું પાપી છું’ એવો વિચાર મનમાંથી કાઢી નાખો, તો જ મન સ્થિર થાય, ધ્યાન લાગે અને સાધનામાં આગળ વધાય. મન ઉપરનો આ બોલો કાઢો નહીં ત્યાં મુઠ્ઠી કાઈ લાલ થતો નથી આપણે આપણા કર્તવ્ય ખાતર કરીએ છીએ એમ માનવાનું. પાપપુણ્યની બ્યાખ્યા કયવી સુરકેલ છે એમાં બિંડા બિતરવા જેવું નથી. કોઈ ગાણુમ અને અમાજ જેને પાપ કહે છે તેને બીજો માણસ અને બીજો અમાજ પાપ નથી ગણતો. હિંદુઓ ગાયનો વધ કરવામાં પાપ ગણે છે તો સુમલમાનો વગેરે તેને પાપ નથી ગણતા. વળી વાધ ગાયને પોતાના

ખોરાક માટે મારે છે એ એનો ધર્મ છે પાપપુણ્યનો
 બધો આધાર આપણા મનની ભાવના ઉપર છે એક મ ભ્રમ
 ખૂન કરે છે તો કોર્ટમાં ન્યાયાધીશ તેને ફાંસી આપે છે
 પણ ન્યાયાધીશ પોતે શું કરે છે ? ને પણ તે ગુનેગ ગ્નો
 જીવ લઈ લે છે એટલે કે તે ન્યાયાધીશ પણ તેનું ખૂન જ
 કરે છે પણ તે ખૂની નથી ગણાતો કાગળ કે ફાંસીની મજા
 કાઢતા પ્રમાણે જ કરે છે એક સૈનિક લડાઈમાં એક હાતી
 માણસને મારે છે તો એને શાખાશી મળે છે તે બહાદુર
 ગણાય છે અને તેને ઇનામ મળે છે કે ચંદ્રક મળે છે
 પણ એ જ સૈનિક જો દરજ ઉપર ન હોય અથવા રજા
 ઉપર હોય ત્યારે પોતાને ગામ જાય અને એક ખૂન કરે
 તો પણ તેને ફાંસી મળે છે લડાઈના મેદાનમાં સૈનિક
 પોતાના હેશની ખાતર દુરમનના ખૂન કરે છે, જ્યારે દરજ
 પર ન હોય અથવા રજા ઉપર ઘેર ગયો હોય ત્યારે તે
 આર્થની ખાતર દુરમનાવટથી કોઈનું ખૂન કરે છે તેથી
 ઠયકેસર એને ફાંસીની મજા થાય છે આ પ્રમાણે પાપ
 અને પુણ્યની વ્યાખ્યામાં જોડે ન જોડતા તમારે તમારું
 કર્તવ્ય કંઈ ભાવના શુદ્ધ રાખવી અને મનમાથી 'હું
 પાપી છું' એવા વિચારનો બોલો કાઢી નાખવો જ્યાં
 મનમાં આવે બોલો ન હોય ત્યાં જ ભગવાન આવે છે
 આનો બોલો હોય ત્યાં ભગવાન આવતા નથી

ધાનમાં આગળ વધતા જશે તેમ તમારું ન જશે
 ધ ધામાં પણ અનુભવ થતા જશે અને અમત્ય બોલ્યા
 વિના કે અમત્ય કર્મ કર્યા વિના જ તમે તમારું ખર્ચ
 નેત્રુ મેળવી લો એવા કેનો જ તમારી પાને આવશે

શ્રીમોરચ્છવામ આવે 'ગમ'નામ બેઠવાની ગી જરૂર ?

[મુ.નં. ના ૨૪-૮-૧૯૬૮]

આજે રાત્રે સમૂહધ્યાન પછી મૌ માધડે પૂજ્ય શુકુદેવના માર્ગાન્નધ્યમા બેઠીને તેઓથીના દર્શનનો તથા બને તો વચ્ચનામૃત માણવાનો લાલ લેવા આતુર હતા. તેવામા શ્રી નાનુભાઈ યાત્રિક-શ્રી જયલીભાઈ યાત્રિકના વડીલબધુ અને જેઓ પણ વડીલ છે તથા આજે મહેત્વી ૪ વાગે ધ્યાનમા બેઠા હતા, તેમણે પૂજ્ય શુકુદેવને એક પ્રશ્ન કયો તેમણે કહ્યું કે, મેં તો શ્વાસોશ્વાસની ગણતરી 'ગમ' ૧૫૦ સુધી કરી અને પછી 'હૈં નમ શિવાય નો ૪૫ કરવા લાગ્યો તે બગબગ છે કે નહીં ?

તેના ઉત્તરમા પૂજ્ય શુકુદેવે સમજાવ્યું કે 'ગમ' અને 'હૈં નમ શિવાય' એક જ છે તર્જબુદા નથી પણ 'ગમ' એવા માટે જોલીએ છીએ કે તે દેકુ છે અને શ્વાસમા તેમ જ ઉચ્છવાસમા ગમ બગબગ જોલી શકાતુ હોનાથી તે બોલતા બોલતા શ્વાસોચ્છવાસને તાલબદ્ધ કરી શકાય છે તાલબદ્ધ શ્વાસોચ્છવાસ દ્વારા પ્રાણ તાલબદ્ધ થાય છે જેમા પ્રાણ એવુ મન બને છે મન અને પ્રાણ એકબીજા સાથે સંકળાયેલા છે માટે તાલબદ્ધ પ્રાણ મનને પણ તાલબદ્ધ બનાવે છે તાલબદ્ધ મન જ એકાગ્ર બની શકે છે માટે જ શ્વાસોચ્છવાસની સાથે દેકુ એવુ સગતુ નામ બેઠી દેવામા આવે છે એનાથી શ્વાસોચ્છવાસના તાલ બળવાઈ રહે છે. જ્યારે 'હૈં નમ શિવાય' બોલતા તે

લાંબું હોવાથી શ્વાસોચ્છવાસનો તાલ જળવાઈ રહેતો નથી. માટે જ અહીં આ શ્વાસોચ્છવાસ માથે 'રામ'નામ જોડી દેવાની પદ્ધતિ રાખી છે.

જેમ દડાને આપણે ઉછાળવો હોય તો પહેલાં આપણે દડાને હાથમાં લઈએ છીએ અને પછી જોડે ઉછાળીએ છીએ, તેમ પ્રાણની અને તે દ્વારા મનની જીર્ણગતિ કરતા પહેલા આપણે મનને તાલબદ્ધ કરવું પડે છે. શરૂઆતમાં પચીસ દીર્ઘશ્વાસ લઈ શ્વાસને આપણે તાલબદ્ધ કરીને તેનું નિયમન કરીએ છીએ અને પ્રાણને હાથમાં લઈએ છીએ. તેનાથી મન પર નિયમન આવે છે અને મન હાથમાં આવે છે તમે જોશું હશે કે આપણે એકાગ્રતાથી કોઈકામ કરતા હોઈએ છીએ ત્યારે આપણા શ્વાસોચ્છવાસ બહુ જ ધીમા અને તાલબદ્ધ હોય છે તેમ તાલબદ્ધ થયેયું મન જ એકાગ્ર થઈ ગયું છે અહીં મનને શ્વાસોચ્છવાસની ગળતરી માં અને મંત્રોચ્ચાર માં લગવામાં લગાડી દેવાથી તે તાલબદ્ધ થયેયું મન એકાગ્ર થાય છે. આનાથી મનની અને પ્રાણની જીર્ણગતિ થાય છે. તેને દડાના ઉછાટવા માથે સરખાવી શકાય.

આધ્યાત્મિક ટોચે પહોંચવા માટે સાધનાની જરૂર છે

[મુબર્ક, તા ૨૯-૯-૧૯૬૮]

આજે માંજે સમુદ્ધ્યાન માટે મૌ માધકો તૈયા
 કરીને બેઠા હતા, હજી ધ્યાન શરૂ થવાને થોડી વાર હતી.
 તેવામા એક માધકભાઈએ એક આચાર્યના ઉપદેશના
 શર્થક્રમની વાત કાઢી. તેઓ એમના પ્રવચનોમા બહુ જ
 ઉચ્ચ કક્ષાનો બોધ આપે છે એમ તેઓએ કહ્યું. તે
 સાક્ષીને બીજા એક જૂના માધકભાઈ બોલ્યા, “હા, પૂજ્ય
 શુરુદેવ પણ એક વાર કહેતા હતા કે તે આચાર્ય અને
 દેવશાક અન્ય સંતો પ્રવચનોમા બહુ જ ટોચનો વિષય
 સમજાવે છે મામાન્ય માનવી માટે તે મમજવુ મુશ્કેલ છે.
 ખરેખર તો મામાન્ય માનવી માટે જાત જાતની સાધનાની
 જરૂર છે. એ વિના સીધેસીધું ટોચે કેમ પહોંચાય?
 પગથિયા ચઢતાં ચઢતા ટોચે જવાય છે જેમ આપણે મકાન
 બનાવવું હોય તો પહેલાં લાકડાની વળીઓની પાલખ
 બનાવવાની જરૂર પડે છે પણ મકાન તૈયાર થઈ ગયા પછી
 તે પાલખ કાઢી નાખીએ છીએ. તેમ આ બધી પાઠ, પૂજા
 જપ, તપ, ધ્યાન વગેરે બધુ લાકડાની પાલખ જેવું છે
 મકાન બનાવવા માટે પાલખની જરૂર પડે છે તેમ
 આધ્યાત્મિક ટોચે પહોંચવા માટે આ બધાની જરૂર છે”

ધ્યેય પ્રાપ્ત કરાવે તે માર્ગ ગ્રહણ કરવો.

[મુળર્ષ તા ૨૨-૧૨-૧૮૬૮]

આજે સવારે વરલીમા મારે ત્યા સમૂહવ્યાન પછી સૌ સાધકો પૂજ્ય ગુરુદેવના સાન્નિધ્યમાં તેઓશ્રીના દશાનનો લાલ લેવા તથા તક મળે તો તેઓશ્રીના વચના મૃતતુ પાન કરવાની આશામાં બેઠા હતા તેવામાં એક નવા જ સાધકભાઈ શ્રી નારાયણરાવ જેઓ કલ્યાટકના છે અને આજે પહેલી જ વાર આવેલા છે તેમણે પૂજ્ય ગુરુદેવને પ્રશ્ન કર્યો

‘મેં યોગ વિષે બીજા પુસ્તકો વાંચ્યા છે અને આપનું આશ્રમમાં લખેલું Message to Disciples પણ વાંચ્યું તેમાં ચક્રો તથા નાડીઓ વગેરેનું વર્ણન લગભગ મળ્યું છે પણ જરા જરા ફરક ક્યાંક ક્યાંક છે એમ કેમ હશે ?’

ગુરુદેવ એક માણસ મદ્રાસથી મુળર્ષ ધ્રેનમાં આવે છે બીજો એન્ડ્રાપ્રેમ ટ્રેનમાં આવે છે ત્રીજો પસેન્જર ટ્રેનમાં આવે છે ચોથો આવતો આવે છે ચારેયને જુદા જુદા અનુભવો થાય છે પહેલો કહે છે કે મદ્રાસ અને મુળર્ષ વચ્ચે કાંઈ નથી બીજો કહે છે કે મદ્રાસ અને મુળર્ષ વચ્ચે ચોડા મોટા મોટા ઝટકો છે ત્રીજો કહે છે કે તે ઝનામાં નાના અને મોટા ઘણા ઝટકો છે ચોથો કહે છે કે ઝનામાં ઘણા મોટા ચહેરો નાના ચહેરો, ઘણા નાના ગામો, નદીઓ, પહાડો જ ગયો, મેદાનો વગેરે ઘણા આવે છે આ ચારેય ઘણા ખરા છે આપણને તેમના અનુભવમાં

અને વર્ણનમાં ફરક છે કે ભેદ છે તેની ચચાં કરવાથી
સંપદો નથી. આપણે તો આપણું ધ્યેય પ્રાપ્ત કરવું છે જે
અતેથી મદ્રામથી મુગઈ પહોંચવાનું ધ્યેય પ્રાપ્ત થાય તે
માર્ગ યોગ્ય છે તેવી જ રીતે યોગમાર્ગમાં પણ આપણું
ધ્યેય પ્રાપ્ત કરાવે તે માર્ગ ચકુણ કરવો. તે અનુભવોના
લેહની ચચાંમાં અમય અને શક્તિનો વ્યય ન કરવો.

મૂર્તિ ઉપરથી પરણું પુણ્ય પ્રભુકૃપાનું પ્રતીક છે

[મુગઈ, તા ૫-૧-૧૯૬૯]

આજે રવિવાર હોવાથી વરલીમાં મારે ત્યાં સવારનું
સમૃદ્ધ્યાન પૂરું થયા પછી પૂજ્ય શુરુદેવ પૂજની રૂમમાં
બેઠા હતા ત્યાં શ્રીમતી જોમતીબહેન તથા બે માધકો હતા
તેવામાં ડા દિલીપભાઈ ચેટીગરા જેઓ પોતે જોમદારશ્વર
મહાકાજેશ્વર અને નાગેશ્વર વગેરે જ્યાતિર્લિંગની માતા
કરીને આવ્યા છે, તેઓ હાથમાં ત્યાનો પ્રસાદ લઈને પૂજ્ય
શુરુદેવને ચરણે તે પ્રસાદ ધરવા દાખલ થયા બરાબર તે જ
વળતે એક દેવી ચમત્કાર જેવો પ્રસંગ બન્યો.

ધ્રીહતુમાનજીની મૂર્તિ કે જે પૂજ્ય શુરુદેવ પોતાની
સાથે જ રાખતા અને જેની પૂજા તેઓથીજે લગભગ આલીન
વર્ષ સુધી કરેલી છે તે અહીં બિરાજે છે તે મૂર્તિ ઉપરથી
પૂજન શ્રુલ નીચે પડ્યું પણ તે એવી રીતે પડ્યું કે તે
જોનારને આશ્ચર્ય થયું નીચે સગડી પડે તેમ નહીં પડ્યું

પણ થોડું ઊંચું થઈને પછી નીચે પડ્યું. જાણે કે શ્રીહનુમાન-
દાદા કોઈને એ ફૂલ આપતા ન હોય ! તરત જ પૂજ્ય ગુરુદેવે
તે ફૂલ પોતાના જમણા હાથમાં લઈ લીધું. એવામાં તો
ગોમતીબહેન બોલ્યાં, “બુઓ, હનુમાનદાદાએ મને ફૂલ
આપ્યું છે. તેથી મને આપો.” તેથી પૂજ્ય ગુરુદેવે એ ફૂલ
ગોમતીબહેનને આપ્યું.

ડો. દિલીપભાઈને આ દ્રશ્ય જોઈને ખૂબ જ આશ્ચર્ય
થયું અને તેમને એ ચમત્કાર જેવું લાગ્યું. તેથી તેમના
મનમાં આ વિચાર બે દિવસ સુધી આવ્યા કયાં. તેમણે
બીજા રવિવારે આ જ સ્થળે પૂજ્ય ગુરુદેવને આ પ્રસંગ
વિષે અને ખાસ કરીને આવી મૂર્તિ ઉપરથી ફૂલ પડવાનો
કાંઈ અર્થ છે કે કેમ એમ પૂછ્યું.

પૂજ્ય ગુરુદેવે એના ઉત્તરમાં સમજાવ્યું કે આવી રીતે
મૂર્તિ ઉપરથી ફૂલ પડે તે સારું ગણાય. તે ફૂલ લઈને
તમે જે કામ કરવા જાઓ તેમાં તમને સફળતા મળે.
લગવાનની પ્રસાદીરૂપે-કૃપારૂપે આ ફૂલ છે તેની કૃપાથી
તમારું કાર્ય સફળ થાય જ. રામાયણમાં આવો પ્રસંગ
આવે છે. એક વાર સીતામાતાજી પાર્વતીજીની પૂજા કરીને
ઊભાં હતાં, ત્યાં માતાજીની મૂર્તિ ઉપરથી પુષ્પ પડ્યું. તે
લઈને સીતાજી જે કાર્ય કરવા ગયા તેમાં તેમને પૂરી સફ-
ળતા મળી. અહીં પણ શ્રીમતી ગોમતીબહેન આ પ્રસાદીનું
ફૂલ લઈને એક ગુલ કાર્ય માટે ગયેલા તેમાં તેમને પૂરેપૂરી
સફળતા મળી હતી એમ અમને પછીથી જાણવા મળ્યું હતું.

સત્સંકલ્પ કરવામાં શક્તિનો હુય થતો નથી

[મુંઝ, તા. ૨-૬-૧૯૭૦]

પૂજ્ય શુરુદેવશ્રી ઘણા લાંબા સમયે મુંઝમાં પધાર્યા છે. તેથી માધકોનો આનંદ અને ઉત્સાહ વધારે છે. બનાસકાંઠામાં આ વખતે બીજી વર્ષ પણ વરમાદ ન થવાથી હુબ્બાળ પડ્યો છે. તેથી ત્યાંનું હુબ્બાળ સહતકેન્દ્ર આ બીજે વર્ષે પણ ચાલુ રાખ્યું છે. પૂજ્ય શુરુદેવ માનવમેવાના ધાર્મ્ય પ્રવૃત્તિ રહેવાથી લગભગ સાત મહિને મુંઝમાં પધાર્યા છે. તેથી ધ્યાન પછી તેઓથીના દર્શનામૃતનું પાન સૌ સાધકો કરી રહ્યા હતા.

એવામાં એક સાધકભાઈ કે જેમનો નાનો બાઈ પણ સાધક છે અને સ્વાધ્યાયી છે તેના વિષે પૂજ્ય શુરુદેવને વિનંતિ કરીને કહ્યું કે તે બાઈ ધ્યાનમાં બેસતાં પહેલાં સંકલ્પ કરતો નથી અને કહે છે કે હું જો સંકલ્પ કરું તો મારી એટલી શક્તિનો હુય થઈ જાય. તો શું કરવું ?

તેના જવાબમાં પૂજ્ય શુરુદેવે સમજાવ્યું કે સત્સંકલ્પ કરવામાં શક્તિનો હુય થતો નથી. પણ સ્વાર્થ માટે અથવા બીજાનું અહિત કરવા માટે સંકલ્પ કરાય તો શક્તિનો હુય જરૂર થાય છે. સંકલ્પશક્તિ કેળવવાની જરૂર છે. આ જગતમાં બધું સંકલ્પથી જ થાય છે ને ? નાનામાં નાનું કે મોટામાં મોટું કાર્ય સંકલ્પ વિના થતું નથી. આપણે સંડાસમાં જઈને સંકલ્પ કરીએ તો જ આડો ભીતરે છે. નહીં

તો એ કાર્ય પણ વર્તુ નવી રોજ મધ્યા કરતી વળતે
અને ધાર્મિક કાર્ય કે કર્મકાંડ કરતી વળતે આપણે
મનપ કરીએ છીએ કે આજે અમુક તિથિએ, અમુક વારે,
અમુક નક્ષત્રે હું આ ક્રિયા કરું છું અને તો જ તેનું ફળ
મળે છે માટે સંકલ્પ કરવાની ટેવ તો પાડવી જ જોઈએ

૪૩

જડ સમાધિ

[મુબર્ક તા ૪-૬-૧૯૭૦]

ડા પાઠકને ત્યાં આજે રાત્રે મમ્મહુધ્યાન પછી સૌ
સાધકો પૂજ્ય ગુરુદેવના માર્ગનિધ્યમા બેસીને આનંદ માણી
ગયા હતા તેવામાં એક વૃદ્ધ માધકભાઈ પૂજ્ય ગુરુદેવની
આજ્ઞાથી ધ્યાનના અનુભવોની નોંધ લખી લાયા હતા તે
નોંધ તેમણે પૂજ્ય ગુરુદેવને આપી અને કહ્યું “આમા
મારા આગળના અનુભવો પણ લખેલા છે પહેલા હું
ત્રિવેદ્યધામમાં જતો હતો ત્યાં પ્રાણાયામ વગેરે કરતો તથા
દરેક ચક્ર ઉપર બીજા માથે મૂકી બોલીને હું કુલક કરતો,
તેથી મને ઘણો ફાયદો થયેલો મારી આજ ૧૧ ચરમા
નીકળી ગયા તથા બીજા લાભો પણ થયા છે”

આ માલગીને પૂજ્ય ગુરુદેવે સમન્તવ્યુ કે પ્રાણાયામ
અને કુલક કરવાથી ઘણું કંઠી શકાય છે જેટલાક હઠ
યોગીઓ કુલક કરીને બેસી જાય છે દિવસો સુધી ખાવા
પીવા વગર જડ સમાધિમાં રહે છે પણ તેઓ જાગે ત્યારે

તેમને આનંદ, શાંતિ અને સ્ફૂર્તિને બદલે થાક અને એક
બતનો કંટાળો લાગે છે. એના કરતાં આ સાધકોને
અડધો કલાક પણ ધ્યાન લાગવાથી તેઓ જાગે ત્યારે દિવ્ય
આનંદનો અનુભવ થાય છે, સ્ફૂર્તિ લાગે છે અને મનમાં
શાંતિ અનુભવે છે. સાધના કરતાં કરતાં સિદ્ધિઓ તો
આવવાની જ પણ એનો જરા અનુભવ કરીને જતી કરવાની
હોય. સિદ્ધિઓને વળગી રહેવાથી પ્રગતિ અટકી જાય છે.

સાધકે ગુરુની સતત દેખરેખ નીચે રહેવું જરૂરી છે

[મુંબઈ, તા ૧૫-૬-૧૯૭૦]

એક ડોક્ટર બાર્ધ લગભગ ચાર વરસ પછી પૂજ્ય
ગુરુદેવનાં દર્શન માટે અને ધ્યાનમાં બેસવા માટે આવ્યા
છે. તેઓ ખૂબ સાર્વિક વૃત્તિના છે અને નિસર્ગોપચારના
નિપજાત છે તથા સાધક છે. તેઓને ડોકના મણકામાં
દુઃખાવો (Spontaneous) છે. તેથી ગળામાં પટ્ટો પહેરે છે.
પુટપતિ જઈ આવ્યા છે, અને ભગવાન શ્રી સત્ય
માર્ગજાળાના દર્શન તથા મુલાકાતનો લાભ તેમને મળ્યો છે.
ત્યારે બાબાએ તેમને પટ્ટો પહેરવા કહેવું તેથી એક વાર કાઢી
નાખેલો પટ્ટો તેઓ ફરીને પહેરવા લાગ્યા છે.

પૂજ્ય ગુરુદેવે તેમને પાસે બોલાવ્યા અને સાધના
કેમ ચાલે છે તે પૂછ્યું, ત્યારે તેમણે જવાબ આપ્યો,

“ધ્યાનમાં એમતા જ હું જાણું છું કે જો જો જોતરી જતો
હોઉ એમ લાગે છે અને બૂખ બિવકુલ લાગતી નથી”

આ સાલણીને પરમકૃપાળુ ગુરુદેવે મમત્રયુક્ત
માધના કરતા કરતા અપાનવાયુ દૂષિત થાય ત્યારે આર્ત
જાને છે પ્રાણુગર્હિત જાત્રા થાય ત્યારે ખૂબ મલાળવું
પડે છે શક્તિ જાત્રા રૂપી એ તો મતેલા મિહુને જગાડવા
મરાજા છે તે જાણ્યા પછી તેને કાબૂમાં રાખવી જરૂરી
છે માટે તો આ લાઈનના જાણકાર અથવા અનુભવી અથવા
ગુરુની દેખરેખ નીચે સતત રહેવાની જરૂર છે માત્ર
અનુભવી જાણકારની દેખરેખ નીચે ન ગ્રહીએ અને આવી
તકલીફોમાંથી જાતે જ નીકળવા પ્રયત્ન કરીએ તો જેમ
કળણમાં ખૂંચેવો માણસ જાતે નીચાવા પ્રયત્ન કરે તેમ
વધારે ને વધારે ખૂંચતો જાય છે એવું જાને પણ
કળણની બહાર જીભેલો હોય તે માણસ જ તેને બચાવી
શકે છે તેમ આમાં પણ જાને છે તમે નિયમિત ધ્યાનમાં
આવો ત્યારે દિવસ પછી ઉપવાસ કરીને સાંજે સાડાસાત
વાગ્યે આવજો તમને અનુભવ થશે

૪૫

વાના દરદી શવાસનમાં ધ્યાન કરી શકે તે

[મુબઈ તા ૧૫ ૪-૧૯૭૨]

પૂજ્ય ગુરુદેવ આ વખતે જરૂરી કામ માટે એકાએક
તા ૧૪-૪-૧૯૭૨ના રોજ મુબઈ પધાયા છે, અને દિવસ

પાંચ દિવસ જ રોકાવાના છે. આજે ડા. એન. બી. શાહ જેઓ ક્ષય રોગના નિપજાત છે અને ઓપેરા હાઉસ પાસે રહે છે, તેઓ સાધક છે અને તેમને ત્યાં પૂજ્ય ગુરુદેવની પધરામણી કરી છે પૂજન અને દર્શન વગેરે પત્યાં પછી પૂજ્ય ગુરુદેવના આન્નિધ્યનો આનંદ સી લઈ રહ્યા છે તેવામાં ડા. શાહના એક ડોક્ટર મિત્ર જેઓ ગુરુદેવનાં દર્શન આવેલા છે તેમણે પ્રશ્ન કર્યો: “મને પગમાં અને હાથમાં વાનો દુઃખાવો ઘણા વળતથી છે. તેથી લાંબો સમય સ્થિર બેસી શકાતું નથી, દસેક મિનિટ પછી મારે હાથપગ હલાવવા જ પડે, નહીં તર દુખાવો વધારે થાય છે. તો મારે ધ્યાનમાં કેમ બેસવું અને મને ધ્યાનમાં સ્થિરતા કેમ આવે?”

પૂજ્ય ગુરુદેવે સમગ્રબુદ્ધિ કે તમને ધ્યાન લાગવા માંડશે ત્યારે દુઃખવાની ખબર જ નહીં પડે. છતાં શરૂઆતમાં શવાસનમાં સૂઈને ધ્યાન કરી શકો છો.

ડા. શાહે પૂછ્યું કે ખુરશીમાં બેસીને તેઓ ધ્યાન કરી શકે કે નહીં? સાદી ચાલુ ખુરશીમાં બેસીને કરી શકાય કે નહીં?

પૂજ્ય ગુરુદેવે ઉત્તર આપ્યો કે આરામ ખુરશીમાં બેસીને ધ્યાન કરી શકાય છે. સાદી ખુરશીમાં પણ બેમાય, કાઈ વાંધો નહીં. શરૂઆતમાં એમાં બેસો પણ પછી શક્તિ વ્યવસ્થિત થતાં ક્રિયાઓ થવા માંડે એવું લાગે તો નીચે શવાસનમાં સૂઈને ધ્યાન કરવું.

ડા. શાહ : આપ કહો છો ને કે કરોડરજ્જુ સીધી એક લાઈનમાં રહેવી જોઈએ તો ધ્યાન સૂઈને કેમ થાય? વળી સૂઈએ તો કરોડ ઉપર વજન આવે છે તેનું કેમ?

શુરુદેવ શવાસનમા સવામા કરોડરજ્જુ ત્રીધી એક લાઈનમા જ રહે છે એના ઉપર વજન આવે તો શવાસન મા સૂવા માટે પોચી ગાદી લેવી

ડૉ. શાહના મિત્રે પૂછ્યું કે મારા જેવા કોઈથી શારીરિક તકલીફ અથવા ખીજા કારણે ધ્યાન ન કરી શકાય તો તેવા માટે ખીજા માર્ગ તરીકે જપ અથવા સ્મરણ થઈ શકે કે નહીં ? જપ અને સ્મરણમા ફેર શો ?

શુરુદેવ ધ્યાનમા ન ભેગી શકાય તો જપ અથવા સ્મરણ કરી શકાય જપ અને સ્મરણમા ફેરક નથી એક જ છે જપમા એકસરખું સ્મરણ રહે છે ત્યારે સ્મરણમા વચમા ભ્રૂક (Break) પડવા જાય છે

૪૬

ઈશ્વરને શરણે જાય તે જ ખચી જાય છે.

[મુબઈ, તા ૧૬-૪-૧૯૭૨]

એક જૂના માધક અને ડૉ. પાઠકના જૂના દગ્દીના મોટા લાઈની દીકરી અને જમાઈ પૂજ્ય શુરુદેવના દર્શને આવે આવ્યા છે તેમની ઓળખાણ આપતા ડૉ. હરિવદન પાંકડે કહ્યું આ લાઈ આવેલી નાની યુવાન વયમા પણ ખૂબ જ પાર્મિક વૃત્તિના છે પૂજા પાઠ વચન વગેરે કરે છે પોતાના કારખાનામા કામમાથી ગમે તેમ કઠીને મગચ ત્રેજવીને પણ ડોઝરે મદારાજનું લાગવત વચ્ચાતું હેય ત્યારે તેઓ સાલળવા જાય છે

આ સાંભળીને પૂન્ય ગુરુદેવને જૂઠા જ આનંદ થયો અને પ્રમન્ન થઈને બોલ્યા કે ઘણું મારું છે. એ બધું કેવું જ નોંધ્યો. એ જ આપણો માયો ખોરાક છે જેમ અન્ન શરીરનો ખોરાક છે અને શરીરને પોષણ આપે છે તેમ આ પવિત્ર પ્રવૃત્તિઓ આત્માનો ખોરાક છે. સમાગ્મા મંધર્પ બધાયને આવે જ છે, એવે વખતે આ આત્માના ખોગકનુ પોષણ મળ્યું હશે તે માણસ બચી જશે, અને જેને એ ન મળ્યું હોય તે ભાગી પડે છે કા તો તે આપઘાત કરે છે અથવા ગ ડો થઈ ન્તય છે બાકી તો આ સમારમા જન્મમરણના ફેરામાંથી કે.ઈક જ છટવાના છે

એ ભાઈએ ગુરુદેવને પ્રશ્ન કર્યો કે આ સમાગ્ના હુ ખા અને જન્મમરણના ફેરામાંથી છટવાનો માર્ગ કયો ?

પૂન્ય ગુરુદેવે સમજાવ્યું કે એમાંથી છટવાનો માર્ગ 'દિશ્વરનુ શરણુ.' જે ઈશ્વરને શરણે ન્તય તે જ બચી ન્તય છે. ખીજા બધા સારની ચક્કીમાં પિમાયા કરે છે જેમ લોટ હળવાની ઘ ટીમાં જે ઘડનાં ઢાણા ખીજાની બાગુમાં હોય છે તે પિસાતા નથી પણ ચક્કી ફરતી હોવા છતાં આખા જ રહે છે તેમ જ માણસ ઈશ્વરનુ શરણુ ન્વીકારે છે તેને આ સમારમા રહેવા છતાં તેની અસર થતી નથી. તથા હુ ખા અને જન્મમરણના ફેરામાંથી મુક્ત થાય ॥

ધ્યાનમાં વાતાવરણની અસર

[મુળર્ધ, તા ૧૭-૪-૧૯૭૭]

પૂજ્ય ગુરુદેવના દર્શને આજે એક જૂના માધક આવ્યા-
તેમને પૂજ્ય ગુરુદેવે પૂછ્યું કે ધ્યાનમાં પ્રગતિ કેમ છે ?
તે બાઈએ જવાબ આપ્યો કે કોઈ વાર ધ્યાન ધરાળા
લાગે છે તો કોઈવાર ધરાળા નથી લાગતું એમ કેમ હશે ?

પૂજ્ય ગુરુદેવે અમળત્યુ કે એમ પણ થાય તેથી
મૂંઝાતું નહીં. વાતાવરણની અસર થાય આપણી આત્મ
બાળુના વાતાવરણમાં જેવા કણો હોય એવી અસર થાય
ઈશ્વરમાં અને માણસમાં એટલો જ ફેર છે કે ઈશ્વર પ્રકૃતિને
આધીન નથી જ્યારે માણસ પ્રકૃતિને આધીન છે સાધનામાં
આગળ વધ્યા પછી વાતાવરણની અસર થતી નથી શર-
આતમાં અસર થાય છે માટે અભ્યાસ ચાલુ જ રાખાતો-

૪૮

ઈશ્વરમાં શ્રદ્ધા સુશકેલીમાં શાંતિ અપાવે છે

[મુળર્ધ, તા ૭-૮-૧૯૭૭]

પૂજ્ય ગુરુદેવ આ વખતે ગુરુપૂર્ણિમાના દિવસે
તા ૨૬-૭-૭૭ ના રોજ મુળર્ધ પધાર્યા છે તા. ૬ મી
ઓગસ્ટે પાછા અમદાવાદ પધારવાના છે અહીં તેઓશ્રીનું
સ્વાસ્થ્ય જરા બગડેલું અને તાવ આવી ગયેલો તેથી અશક્ત

પણ લાગે છે. છતાં માધકો પ્રત્યે અનુકંપાને લીધે કુટુમ્બ-
માગર એવા ગુરુદેવ રોજના શકિતપાત પણ મારી એવી
મંખ્યામ કરે છે. ગર્ધ કાલે તેઓશ્રી વરલીમાં મારે
ત્યાં બે દિવસ મારે પધાર્યા છે. અહીં પણ કેટલાક સાધકો
એઓશ્રીના માન્નિધ્યમાં ધ્યાનમાં બેસવા આવે છે. તો
કેટલાક તેઓશ્રીનાં દર્શન મારે આવે છે. કોઈ કોઈ તો
વળી પોતાની મુશ્કેલીઓ અને માધનામા આડે આવતા
વિધ્નોના નિવારણ મારે આવે છે એવું એક માધક કુટુમ્બ
આને મવારે પૂજ્ય ગુરુદેવના દર્શને આવ્યું છે. બહેન,
તેમના પતિ અને યુવાન પુત્ર છે. બહેન જૂન જ લાંબક
છે અને ભજનો સાળું ગય છે. ધ્યાનમા તેમને બહુ સારા
અનુભવો થતા પણ તાબિયતના કારણે તેમણે અભ્યાસ
છોડી દીધો છે તેઓએ પૂજ્ય ગુરુદેવને જણાવ્યું કે
હવે તેઓશ્રી મુખર્ધમા લાભો સમય રોકાય ત્યારે તેઓશ્રીના
માન્નિધ્યમાં અભ્યાસ પાછો શરૂ કરશે અને પહેલાના
જેવો ધ્યાનનો આનંદ માણી શકશે.

તેમના પતિદેવે પૂ. ગુરુદેવને પ્રાર્થના કરી કે ધંધામાં અને
વ્યવહારમાં કોઈ વાર એવો અનુભવ થાય છે કે ગભરાઈ
જવાય છે ત્યારે શું કરવું?

પૂજ્ય ગુરુદેવે તેના ઉત્તરમાં સમજાવ્યું કે આપણે
ગાડીમા મુસાફરી કરતા હોઈએ ત્યારે ડોળામાં દોડવાથી
આપણા રથજે જલતી પહોંચાતું નથી, પણ ગાડી પહોંચાડશે
ત્યારે જ પહોંચાશે. તે જ પ્રમાણે આ જગતનું સ ચાલન
કરનાર પરમેશ્વર છે તે રાખે તેમ રહેવાશે. એમાં આપણું
કંઈ ચાલતું નથી. મારે એનામાં શ્રદ્ધા રાખવી.

ત્યારે પેલાં બહેને કહ્યું કે ગાડીના ડબ્બામાં આપના જેવાનો સંગ્રાથ હોય તો અમને શાંતિ અને ધીરજ રહે. પૂજ્ય ગુરુદેવ સાથે છે. વાંધો નહીં આવવા દે. એ તો ખરું ને ?

પૂ ગુરુદેવે કહ્યું કે હા, ઈશ્વરમા શ્રદ્ધા હોય તો ગમે તેવી મુશ્કેલીમા પણ શાંતિ રહે છે. અને શ્રદ્ધા નથી હોતી તેવા લોકો ભાગી પડે છે કાં તો તેઓ ગાડા થઈ જાય છે અથવા આપઘાત કરે છે કે ઘર છોડીને નાની જાય છે ઈશ્વરમા શ્રદ્ધાવાળા મુશ્કેલીમાં હેમખેમ પાર જિતરી જાય છે છેવટે તો 'થવાનું' હોય તે જ થાય છે. પણ શ્રદ્ધાનો ટેકો સારો રહે છે. જેમ હરહીનો રાગ તો તેની પોતાની અંદરની પ્રાણશક્તિ જ મટાડે છે પણ ચીમારીની તકલીફમા હરહીને ડોકટરનો ટેકો રહે છે.



પરિગિષ્ટ

શ્રી ધ્યાનયોગી મંડળ, મુંબઈની સ્થાપના,
તેનો વિકાસ અને પ્રવૃત્તિઓ

ઉપરાંત

મુંબઈના ૬૧ રાવળ તથા ૬૧ પાલકના ગુરુદેવ સાથેના
પ્રથમ પરિચયની રમપ્રદ વાતો

○

પારબહર અને રાજકોટમાં મમૂદુધ્યાનનો આરંભ

○

મુંબઈ ધ્યાનકેન્દ્રમાં યોગીરાજ સ્વામીશ્રી નિષ્ણતીર્થજી
અને
ભાધીરના યોગશક્તિમાની પદરામજી

○

ગુરુદેવની ઉચ્ચતમ યોગિક સ્થિતિ

॥ श्री सद्गुरवे नमः ॥

કરુણાના સાગર ગુરુદેવ

सर्वे जनाः सुखीनः सन्तु सर्वे सन्तु निरामयाः ।

सर्वे भद्राणि पश्यन्तु मा कश्चिद् दुःखमाप्नुयात् ॥

સર્વ જનો સુખી થાય, સર્વ જનો નીરાગી રહે, સર્વને
મધુ સદ્બુદ્ધિ આપે, સર્વે શુભ સંકલ્પવાળા થાય અને
કોઈને પણ દુઃખ ન આવે એવો આશીર્વાદનો પ્રયાદ સંતોના
હૃદયમાંથી હંમેશાં વહેતો જ હોય છે.

સંતપુરુષો આ જગતમાં કેવળ જનકલ્યાણ અર્થે જ
વિચરતા હોય છે. સંતો તો કરુણાના સાગર છે અને આ
સંસારમાં દુઃખોથી તપ્ત એવાં પ્રાણીઓને બેઈને તેઓનાં હૃદય
દ્રવી બાય છે. માટે જ તેમના દુઃખો દૂર કરવામાં સંતોના
શરીરની અને મનની પ્રવૃત્તિ રહે છે. માનવીનાં આધિભૌતિક
દુઃખોને દૂર કરી પરમેશ્વરની પરમ શક્તિમાં તેની શ્રદ્ધા સ્થિર
થાય તથા તેનામા લાંબાસાવ વિકસતો બાય અને એથી ધીમે
ધીમે તે ઈશ્વર તરફ પ્રગતિ કરતો બાય એ જ હેતુ સંતોના
દરેક કામ પાછળ હોય છે. સંતો પ્રાણીમાત્રમાં ઈશ્વરને
જુએ છે અને સર્વ પ્રાણીઓની સેવા એ ઈશ્વરસેવા જ છે
એ સત્ય હકીકત આપણને તેઓના જીવનમાં મૂર્તિમંત
થતી દેખાય છે. દરેક સંત પોતપોતાની અનોખી રીતે
જનકલ્યાણની પ્રવૃત્તિઓ કરતા આપણને દેખાય છે પણ
સર્વતં ધ્યેય એક જ હોય છે.

એવા જ સંતપુરુષ આપણા ગુરુદેવ પૂજ્યપાદ શ્રી ધ્યાન-

યોગીજી મહારાજ શ્રીમધુસૂદનદાસજી છે. તેઓશ્રીનો પરિચય આપણે શ્રી બાળુભાઈ પારેખરચિત પુસ્તક “ધ્યાનયોગી શ્રીમધુસૂદનદાસજી” માંથી મળે છે. તેઓશ્રીએ નાનપણથી જ વરસો સુધી કઠોર તપસ્યાઓ અને સાધનાઓ કરીને ધ્યાનયોગમાં સિદ્ધિઓ મેળવી છે. હવે તેનો લાલ જન-કલ્યાણને અર્થે સૌને તેઓશ્રી આપી રહ્યા છે. તેઓશ્રી પૂણ્યયોગી છે અને પોતાની શક્તિ વડે ધ્યાનયોગને અર્થ કાઢીને માટે સુલભ અને સરળ બનાવી દીધો છે. ખાસ કરીને સમૂહધ્યાનની પદ્ધતિ તથા દીક્ષા આપ્યા પછી શિષ્યોની સતત સંભાળ રાખીને તેને સ્થૂળ તેમ જ સૂક્ષ્મ રીતે માર્ગદર્શન અને ટ્રેરણા આપતા રહેવાની અનોખી પદ્ધતિથી, સાધક ધ્યાનમાર્ગમાં જલદી પ્રગતિ કરે છે. આથી ગુરુદેવનો સાધક પરિવાર જલદી વધતો જાય છે. પ્રાણશક્તિ ઉપર પૂજ્ય ગુરુદેવનો પૂણ્ય કાબૂ છે. સેંકડો કે હજારો માર્ગદર્શક રહેતા શિષ્યોની શક્તિ સંકલ્પમાત્રથી જામત કયાંના તેમ જ દર રહેતા સાધકોના પ્રાણના વેગને અહીં બેઠા પૂરેપૂરો કાબૂમાં રાખ્યાના દાખલા અમારા જીવમાં આવ્યા છે.

શરૂઆતમાં થોડાં વરસો સુધી પૂજ્ય ગુરુદેવનો અનુગ્રહ મેળવવાને લાગ્યશાળી થયેલા છટાછવાયા થોડા શિષ્યો મૌરાપ્દમાં, અમદાવાદમાં અને મુંબઈમાં હતા, અને મૌ મરમ રીતે પ્રગતિ કરી રહ્યા હતા. એમાંથી થોડા તો બહુ આગળ વધી ગયા છે. પૂજ્ય ગુરુદેવ ૧૯૫૨ ની માલદી લગભગ દર વરસે મુંબઈમાં પધારતા. ઘણુંખરું આતુર્ભાવમાં મુંબઈમાં રહેતા. આખુંમાં જ તેઓશ્રીના મ પર્કમાં આવેલા મુંબઈના સબ્જનો દ્વારા ઝાળખાણ થયેલી એવા મુંબઈમાં રહેતાં થોડાં કુટુંબોનો તેઓશ્રીનો ભક્તસમુદાય હતો.

તેમાંથી ઠેઠ ને ત્યાં તેઓથીને ઉતારે રહેતો. કુટુમ્બાનિધિ એવા તેઓથી ભકતોના આધિ, વ્યાધિ અને ઉપાધિ દૂર કરવા હંમેશાં તત્પર રહેતા. ચાર્દક કુટુંબોમાં કિશોર વયનાં પુત્રપુત્રીઓને ધ્યાનમાર્ગમાં તેઓથીએ લીધેલાં તથા તેમાંથી ઘણાણરાની પ્રગતિ પણ મારી હતી. કેટલીક કિશોરીઓને તો દૂરદશનની શક્તિ પણ આવેલી. ખાસ કરીને શ્રી ડાહ્યાભાઈ પંડ્યાની પુત્રી ભારતીબહેનને સારો લાભ થયેલો. આ લાઈનમાં આવ્યા પછી તેમની શારીરિક વ્યાધિ તરત જ નિમૂળ થઈ ગઈ અને અભ્યાસ નિયમિત થાતુ રાખવાથી શુરુકૃપાથી હવે તો તે ખૂબ જ આગળ વધી ગયાં છે. મુંબઈમાં એક અંગ્રેજ મહિલા જેઓ પારસી ગૃહસ્થ ત્રાણે પરણેલાં તેઓને પણ શુરુદેવનો અનુભવ થવાથી તેમણે ધ્યાનમાર્ગમાં સારી એવી પ્રગતિ કરેલી.

પ્રથમ પારિચય અને શુરુદેવનો અનુભવ

સને ૧૯૬૨ ના ઓક્ટોબરમાં પૂજ્ય શુરુદેવ મુંબઈમાં વરલીઝી ફેઈમ પરના શ્રી ચરણદાસ શેઠના ફ્લેટમાં ઊતર્યા હતા, ત્યારે વરલી પર રહેતા ઓડવોકેટ શ્રી ગજનનભાઈ રાવળ તેઓથીના સંપર્કમાં આવ્યા. તેમના ઉપર શુરુદેવની કૃપા થઈ અને તેઓ સાધના માટે રોજ શુરુદેવના સાન્નિધ્યમાં જતા. પરદુઃખભંગન શુરુદેવ ભકતોની અને શિષ્યોની શારીરિક વ્યાધિઓ જોઈને દ્રવી જાય છે. અને તે દૂર કરવા સર્વ પ્રયત્નો કરે છે. ઘણી વાર તો તે વ્યાધિઓ પોતે પોતાની ઉપર લઈને શિષ્યને કે ભકતને છોડે કરે છે. આવા દાખલાઓ અમે જોયા છે. આવા જ એક કારણથી પૂજ્ય શુરુદેવનું સ્વાસ્થ્ય બગડ્યું હતું. શ્રી ગજનનભાઈ તેમના મિત્ર તરીકે મને શુરુદેવની

તળિયત જોવા એક દિવસ લઈ ગયા આ રીતે મને પૂજ્ય ગુરુદેવનો પ્રથમ પરિચય થયો આ કારણે તો નિમિત્તમાત્ર હર્ષ અસલ કારણ તો ગુરુદેવની શક્તિનું આકર્ષણ હર્ષ મદ્ગુરુની કૃપા થાય ત્યારે જ આપણને તેઓનો મેળાપ થઈ શકે છે ગુરુની શોધમા જવાથી ગુરુ મળતા નથી પણ ગુરુ જ પોતાની શક્તિથી શિષ્યને આકર્ષે છે પૂજ્ય ગુરુદેવ ઘણી વાર માધકોને કહે છે કે “આપણો સબધ આ જન્મનો જ નથી ઘણા જન્મોથી આપણો સબધ ચાલ્યો આવે છે”

વળી તેઓ કોઈ વાર હસતા હસતા એમ પણ કહે છે કે “ગિજુભાઈ મને તપાસવા આન્યા હતા પણ મેં જ એમને તપાસી લીધા”

પૂજ્ય ગુરુદેવનો માઠો પહેરવેશ, ગિલકુલ નિગલિમાની વર્તન વગેરેથી મને પ્રથમ પરિચયે તેઓશ્રી એક મહાત્મા છે એ સિવાય વધારે છાપ ન પડી વળી મારા મિત્રે પણ ગુરુદેવ વિષે કે તેમની યોગની લાઈન વિષે કોઈ પણ વાત નહીં કરેલી તેથી મને તે દિવસે માત્ર છાપ ન પડી અઠવાડિયા પછી ફરી વાર હું મારા મિત્ર માયે પૂજ્ય ગુરુદેવની તળિયત જોવા ગયો તળિયત જોઈને બેઠા હતા ત્યારે યોગ વિષે ચર્ચા થઈ તથા પૂજ્ય ગુરુદેવનો વિષય ધ્યાનયોગ છે તે જાણવા મળ્યું શ્રી ગજનનલાઈએ પૂજ્ય ગુરુદેવને કહ્યું કે “મને બેસાડો છો એમ ગિજુભાઈને બેસાડો ને” તેમને તો આ લાઈનનો બહુ શોખ છે વળી એમનું વાચન પણ છે અને ધ્યાન માટે પ્રયત્નો પણ કરે છે”

તે જ વખતે પૂજ્ય ગુરુદેવે મને હાથ પગ ધોઈને આસન પર બેસી જવા સૂચના આપી મારું લાગ્યું ખૂબી

ગયું આમન પર બેઝીને આંખો બંધ કરતાં જ પ. ગુરુદેવે
માની બ્રહ્મદિ ઉપર સ્પર્શ કર્યો. તરત જ શરીરમાં
અણુઅણુથી વ્યાપી ગઈ એમાંથી અનુભવ્યો. અને અવર્ણ-
નીય આનંદનો અનુભવ થયો. કોટિ કોટિ સૂર્યો જેવા
પણ ગીનજ પ્રકાશનો દર્શન થયા. મન એકાગ્ર થઈ ગયું.
શરીર, મધ્ય તથા અમયનું ભાન ન રહ્યું. પૂજ્ય ગુરુદેવે
મને કપાળ પર ધીમે ધીમે થપ્પી મારીને જગાડ્યો
ત્યારે હું બોલ્યા કે, “મને શા માટે જગાડ્યો? મને
શૂન્ય જ આનંદ આવતો હતો.” પૂજ્ય ગુરુદેવે કહ્યું કે
“પોતો! કલાક થઈ ગયો આજે પહેલો દિવસ છે
આજે વધારે ન બેમાથ”

ત્યાર પછી થોડા જતાં મને એમ લાગ્યું કે હું
બદલાઈ ગયો છું. શરીર શૂન્ય જ હલકું થઈ ગયું છે શૂન્ય જ
મૂર્તિ આવી ગઈ છે ચાલવાની અડપ નથી ગઈ હતી હું
જે વસ્તુ અનેક જન્મોથી શોધતો હતો તે મળી ગઈ છે.
અંગેએકા મહામર્થ એવા પૂર્ણ યોગીગજ સદગુરુદેવે
આવીને મારો હાથ પકડ્યો છે હું એમનો મહાભક્તી છું.”

ત્યાર પછી હું પૂજ્ય ગુરુદેવ પાને સાધના માટે ફક્ત
પાત્ર દિવસ ગયેલો માથે માગ પત્ની જસાલક્ષ્મી પણ
રોજ આવતા. એમને પણ ગુરુદેવે દીક્ષા આપેલી મને તો
ગજ નવા નવા દિવ્ય દર્શનો તથા બીજા અનુભવો થતા.
અતઃમા શાંતિ અને આનંદમા વધારો થતો જતો હતો.
એમ જ વાગતું હતું કે બાલ્ય પૂજ્ય ગુરુદેવે પગમ ધ્યેયનો
માર્ગ બતાવી દીધો છે અને પ્રેમથી તેમના હાથ પકડીને તે
માર્ગ પર આગળ લઈ જઈ રહ્યા છે, છૂટે દિવને તો
સૌરાષ્ટ્રમા માગ વતન નજીક જવાનું મારે થયું પ.

ગુરુદેવે જવાની આજ્ઞા આપી અને જણાવ્યું, “તમારી કુટુંબિની જાત્રા થઈ ગઈ છે, હવે તમે ગમે ત્યાં જાઓ તો-પણ તમને એવું જ ધ્યાન લાગશે અભ્યાસ નિયમિત ચાલુ રાખજો.”

ગાંડકાદાસ અને ત્યાથી મુખર્જી આવ્યા પછી પણ મને ધ્યાન એવું જ લાગતું અને નવા નવા અનુભવો થતા. પૂજ્ય ગુરુદેવ તે દરમિયાન બધવડ પધાર્યા હતા અને હું પત્ર દ્વારા તેઓશ્રીના સંપર્કમાં ગયો તો પૂજ્ય ગુરુદેવ પણ પત્રોના જવાબો જૂન જ નિયમિત આપતા તથા તેમના પ્રશ્નોના ઉત્તરો તેમ જ શંકાઓનું નિવારણ પત્રો દ્વારા જ થતું. પૂજ્ય ગુરુદેવના પત્રોમાથી બહુ સરસ માર્ગદર્શન અને પ્રેરણા મળતા ચક્રવેધનની ક્રિયાઓ ચાલતી હતી આ પ્રમાણે લગભગ આઠ માસ ચાલ્યું. આ બધાં સમય દરમિયાન પૂજ્ય ગુરુદેવની સૂચના પ્રમાણે મારા પત્ની અને ત્રણેય બાળકો મારી સાથે ધ્યાનમાં બેસતા.

માની વિનંતીનો સ્વીકાર કર્યો. અને પાંચ દિવસ પછી સ્વિચાલ
હતો તે દિવસે તેઓશ્રી વગ્નીમાં માટે ત્યા પધાર્યાં તેઓશ્રી
આજ્ઞા ત્યાં જણાવ્યું, “તમારે ત્યા આઠ દિવસ રહીશ,
તે દરમિયાનમા તમારા કુટુંબમા મૌનાં કામ થઈ જશે અને
ધ્યાન લાગવા માડશે. પછી હું ગંધવડ જઈશ.”

મમૃદુધ્યાનનો પ્રારંભ

મારે ત્યા ગુરુદેવ પધાર્યાં તેથી ઘનુ વાતાવજ્ઞ
જૂમ જ પવિત્ર થઈ ગયું ઘનુ બધા જ સવાસાજ
ધ્યાનમા બેસતા પટોશમા બે ડોકટર કુટુંબી હતા. એમને
ત્યાથી પણ મૌને રસ પડ્યો અને તેઓ પણ ધ્યાનમા
આવવા લાગ્યા મગામ બંધીઓ તથા મિત્ર વર્ગમા
પણ જેમ જેમ જાણ થતી ગઈ તેમ તેમ તેઓ પણ
સાધના માટે ગુરુદેવ પાને આવવા લાગ્યા ફરફરથી માટું ગા,
વિક્ષેપાલે, અ ધેત્રી વગેરે સ્થળેથી નિયમિત આવનારાઓની
મજ્યા સારી એવી હતી માધકોની મજ્યા વધતી ચાલી
નવાગતા ૧૦ થી ૧૫ અને સાલે ૧૫ થી ૨૦ માધકો આવતા
પૂજ્ય ગુરુદેવ પણ જૂમ જ આનંદમા અને પ્રમન્નચિત્ત રહેતા
છૂટથી બધાને સ્પર્શથી શક્તિમત્તાર રોજ કરતા બધાને
સન્ન ધ્યાન લાગતું અને દિવ્ય અનુભવો થતા મારુ
ઘર પૂજ્ય ગુરુદેવની હાજરીથી અને આ પવિત્ર પ્રવૃત્તિથી
આશ્રમ જેવું અને યાત્રાધામ જેવું બની ગયું હતું “મ તપુરુપો
આવતા ક્રમ્તા યાત્રાના ધામ છે તેઓ જ્યાં જાય છે તે સ્થળ
યાત્રાનું ધામ બની વ્ધય છે ” આ વાતનો અહીં પ્રત્યક્ષ
અનુભવ થતો.

આ પ્રમાણે દિવ્યાનંદમા દિવસો પગાડ થતા હતા

કેટલાક સાધકોના ભાગ્યનો ઉદય આશ્વળે થયેલો બધાના કામો પણ ખુબ જ ત્વગતી થતા કુલવિની જાત્રત વધી, ચક્રવેધન થતું તથા મહુઆગમા પહોંચતું -- આ બધું પુનતક મા વાગેલું હતું પણ અહીં તો જાણે તેની મોટી પ્રયોગ ગાળા શરૂ થઈ હતી અને બધા જ પ્રયોગો પૂરેપૂરા સફળ થતા હતા એક માધુભાઈને તો પહેલે જ દિવસે ગુરુ દેવનો સ્પર્શ થતા જ થોડી પળોમા જ ધડાધડ ગતા બધા જ ચક્રોનું વેધન થઈ ગયું અને એ વળતે તેમને થતી ક્રિયાઓ જોવા માટે પૂજ્ય ગુરુદેવે સૌ સાધકોને ધ્યાનમાથી જાત્રત કયા એ દિવ્ય દૃશ્ય જોઈને સૌને ખૂબ જ આશ્ચર્ય થયેનું જેએક બહેનોને પૂરું ચક્રવેધન ચાર દિવસમા થયેલું અને ખીલ્લ એ બહેનને આઠ દિવસમા થયેનું આ પ્રમાણે મમહુધ્યાનના પ્રયોગ અહીં જ પૂજ્ય ગુરુદેવે પહેલી જ વાર શરૂ કર્યો અને પૂરી સફળતા મળી તેથી તેઓશ્રી ખૂબ જ પ્રસન્ન રહેતા સાધકોને અને પ્રકારની ક્રિયાઓ થતી તથા અનુભવો થતા તેનું કારણ તથા મહત્ત્વ પૂજ્ય ગુરુદેવ સૌને સમજાવતા ત્યારે શ્રી ગ અવધૂતજીએ ગુરુ વિષે ગાયું છે તે પદ યાદ આવતું

કથે જ્ઞાન અરુ ક્રિયા શિખાવે પન્ડ દરન સલોના
ધન અગમ પૈ આપ થાવે જહાં સાર્ધમા ધાના
ગરુમિન નાહી કાઈ અપના સદા ભજે કોઈ ગુરુદેવ

માધાને સ્પર્શ કરનાથી પૂજ્ય ગુરુદેવને ધર્મ કોઈ વાર માધકોને શારીરિક વ્યાધિ હોય તોપણ લાગી જાય છે તેનો પ્રત્યક્ષ અનુભવ થયો એક વાર ગુરુદેવને એકાએક શૌચમા લોડી પડવા લાગ્યું અને નળનાઈ આવી પછી સૌને ખબર પડી કે એક સાધકજાહેને એ વ્યાધિ હતી

ગુરુદેવને પ્રાણની ગરમી વધી ગઈ

આ પ્રમાણે મોટી સખ્યામાં ગેજ માધકોને શક્તિ પાત થવાથી એક વખત પૂજ્ય ગુરુદેવને પ્રાણની ગરમી વધી ગઈ માથુ અને હાથપગના તળિયા ગરમ નહેવા લાગ્યા. આખો ખૂબ જ લાલ થઈ ગઈ તથા બંને આંખોમાં નીચેના ભાગમાં લોહીના ટપિયા આવી ગયેલાં બધાં ચોંટી થઈ ગઈ, વગેરે વગેરે તડલીફો બાહુ થઈ હું અને માગ પત્ની પહેલાં તો ગલગયા અને શું કરવું એ ન સૂઝ્યું પણ પછી પૂજ્ય ગુરુદેવને જ આ બધાનું કારણ અને ઉપાય સમજાવવા વિનંતી કરી ત્યારે તેઓશ્રીએ બધું સમજાવ્યું અને તે પ્રમાણે ઠંડા ઉપચારો શરૂ કર્યાં પરંતુ ખલજન ગુરુદેવે આ મિથાતમા પણ શક્તિપાત કરવાનું ચાલુ રાખ્યું છેવટે એ અને માગ પત્નીએ થોડા દિવસ શક્તિપાત બંધ કરીને મારુ થઈ જાય ત્યાં સુધી તદ્દન આરામ લેવાને ખૂબ જ વીનયા ત્યારે તેઓશ્રીએ થોડા દિવસ શક્તિપાત બંધ કર્યો અને તરત જ તબિયત સુધરવા લાગી તબિયત સારી થતાં જ તેઓશ્રીએ ફરીને પ્રવ્રત્તિ શરૂ કરી દીધી અનેકના કામ થયા અનેક ધ્યાન માર્ગમાં આવવા લાગ્યા સાધકોની સખ્યા વધવા લાગી હુતી એમ ક્રૂતા મારે ત્યાં આઠ અઠનાદિમાં નીડગી ગયા નવરાત્ર નજીકે આન્યા શ્રી ચગણદાસ શેઠના પત્ની શ્રીમતી ચપુબહેન, જે પૂજ્ય મહારાજશ્રીના ઘણા જૂના ભાત છે તેઓ લગભગ ગેજ પૂજ્ય ગુરુદેવના દર્શને આવતા તેમણે ગુરુદેવને તેમના ફેવેટ આન્ટ ગેઝ પાસે પ્રોક્ટર રોડ ઉપર મોટી મેન્શનમાં છે ત્યાં રહીને નવરાત્ર કરવા વિનંતી કરી અને પૂજ્ય ગુરુદેવે તે માન્ય રાખી મારા કુટુંબમાં

આ લાગીને જુગ જ દુ જ થયું અમેને તો ખાતરી જ હતી કે પૂજ્ય ગુરુદેવ અમારે ઘરે જ નવરાત્ર ક'ગે અને ગા એક અનોખો લહાવો મળશે પણ વિદિએ જુદુ જ ધાર્યું હશે પૂજ્ય ગુરુદેવ નવરાત્રના બે દિવસ અગાઉ જ મોતી મેન્ડનમા પધાયાં તેઓશ્રીને વિદાય આપતી વખતે સૌની આખમા પાણી આવી ગયા અને ગુરુદેવના નેત્રો પણ ભનાઈ ગયા હતા.

બ્રાહ્મરંગેડ પર ધ્યાનકેન્દ્ર

માટે ત્યાં આવતા તે બધા જ સાધકો અહીં આવવા લાગ્યા એ ઉપરાંત આ મ્યજ આરેય બાબુથી કેન્દ્રમા હોવાથી તથા ગ્રાન્ટરોડ એશન તદ્દન નજીક જ હોવાથી પગવામીઓને આવવાની મગ્ગતા થઈ સાતાકુંઝ, વિલેપાલે, અધેરી, મલાડ, તથા મધ્ય રેલવેના પગથો માથી આવનારા સાધકોની સંખ્યા પણ વધવા લાગી આ રથે જ જગ્યાની વિપુલતા હતી એ મોટા હોલ હતા એકમા પૂજ્ય ગુરુદેવની પૂજા અને રહેવાનું હતું ધ્યાન પણ ત્યાં જ થતું બીજા હોલમા બેઠક હતી ગુરુદેવ તે રૂમમા બેસતા અને મુલાકાત વગેરે ત્યાં થતું ગ્લોડાનો રૂમ પણ મોટો હતો તથા મોટી બાલ્કની હતી રોજ સવાનમાજ સાધકો ધ્યાન માટે આવતા દર રવિવારે સાંજે એક કલાક સમૂહધ્યાન થતું શરૂઆતમા સમૂહધ્યાનમા ૭૦-૮૦ સાધકો, બહેનો, ભાઈઓ અને બાળકો મળીને થતા, પણ પછી સંખ્યા વધતી ગઈ અને ૧૫૦ જેટલા પણ થઈ જતા શરૂઆતમા ૫ ગુરુદેવ સમૂહધ્યાન વખતે બેઠેલા સાધકોને દૃષ્ટિ દ્વારા ચકિતમચાર કરતા અને બધાયને સમ્યક ધ્યાન લાગતું તથા અનુભવો થતા પણ પછીથી તેઓશ્રીએ

મંત્રોચ્ચાર શરૂ કર્યો. પૂજ્ય ગુરુદેવના મુખેથી દિવ્ય મધુર સ્વરમાં તાલગદ્દ રીતે મંત્રોચ્ચાર શરૂ થતાં જ વાતાવરણમાં દિવ્ય આંદોલનો લાગી જતાં, જે સાધકોના પ્રાણને અને મનને તાલગદ્દ બનાવીને મનની એકાગ્રતા લાવતા. હવે તો આ મંત્રોચ્ચારની ટેપ રેકોર્ડ કચેલી છે અને મનુદ્ધ્યાન વખતે તે જ વગાડવામાં આવે છે અને તે સમયે સાધકોને પૂજ્ય ગુરુદેવની હાજરીમાં થાય એવો જ અનુભવ થાય છે. મુંઝવણનાં બંને કેન્દ્રોમાં, બંધવટ અને બીજાં કેન્દ્રોમાં આવી ટેપરેકોર્ડ વપરાય છે.

મોતી મેન્શનમાં ગુરુદેવ રહેવા પધાર્યા ત્યારે એઓ શ્રીની સેવામાં કોઈની જરૂર હતી અને સાધકોની વિનંતિને માન આપીને પૂજ્ય ગુરુદેવના પરમ ભક્ત શ્રી હાદ્યાભાઈ પંડ્યા ખેતવાડીની પોતાની રૂમ છોડીને કુટુંબ સાથે અહીં રહેવા આવ્યા. એથી આ પ્રશ્ન ઉકેલાઈ ગયો. લગભગ ત્રણેક મહિના સુધી તેઓ ત્યાં રહ્યા. તેઓના આખા કુટુંબે પૂજ્ય ગુરુદેવની સેવા ખૂબ જ ભાવથી કરી હતી. તે દૈન્યધ્યાન તેમની પુત્રી ભારતીજીએ પૂજ્ય ગુરુદેવની કૃપાથી યોગ-માર્ગમાં ખૂબ જ પ્રગતિ કરી, તથા તેમના પુત્રો પણ ધ્યાન-માર્ગમાં આવ્યા. શ્રી હાદ્યાભાઈ પંડ્યા પાછા પોતાની રૂમ પર રહેવા ગયા પછી શ્રી દિનેશચંદ્ર મ. ગવળ પૂજ્ય ગુરુદેવની સેવા માટે ત્યાં રહેવા આવ્યા. તેઓ ભારતીય વિદ્યાભવનમાં સંસ્કૃત વિષયમાં એમ. એ. નો અભ્યાસ કરતા હતા. અહીં આવ્યા પહેલાં તેઓ છાત્રાલયમાં રહેતા હતા. એમ. એ. પાસ થયા પછી પણ મોતી મેન્શનનું કેન્દ્ર ચાલુ રહ્યું ત્યાં સુધી તેઓ ત્યાં રહ્યા અને પૂજ્ય ગુરુદેવની સેવા ખૂબ જ ભાવપૂર્વક કરી. શ્રી ધ્યાનયોગી મંડળની સ્થાપના

થતા તે મરણના સેક્ટરી તરીકે પણ તેમણે મારી
દામગીરી બતાવી.

૩૦ દેહારનાથ પાઠકનો પ્રથમ પરિચય

૩૦ દેહારનાથ પાઠક લગભગ ૫૬૦ વર્ષની ઉંમરની જે
જાતે ધ્યાનમાં ભેગતા માટે શ્રીકૃષ્ણ તાગવાનને ફોટો ગાળીને
અભ્યાસ કરતા કળા તંત્રની કુર્ણિની જાતન થયેલી તથા
ધ્યાન લાગતું પણ તેઓને છેના ૨૫ વર્ષથી ખૂબ જ ક્રિયાઓ
થતી તેનાથી તેઓ દટાળી ગયા હતા તે ક્રિયાઓ બધ
કરવાના ઉપાય માટે તેઓ ઘણા આશ્રમોમાં અને ઘણા
યોગીઓ પાસે ગયેલા તથા તેમની ખૂબ નેવાઓ કરેલી
પણ એ ક્રિયાઓ એવી ને એવી જ ચાલુ નહીં ૩૦ દેહારનાથ
પાઠકના માગા શ્રી દેહારનાથ રાવળ પૂજ્ય ગુરુદેવ ૧૮૬૩માં
માર ત્યાં પહેલી વાર એ મહિના રથા ત્યારે ધ્યાનમાં
બેનવા આવતા તેમને ગુરુદેવની કૃપાથી અદ્ભુત અનુભવ
થયા હતા તેમને શક્તિપાત થતા જ પહેલે જ દિવસે થોડી
જ પળોમાં ચક્રવેધન થઈ ગયું હતું પોતાનો આ અનુભવ
તેમણે ૩૦ પાઠકને કહી મળાવેલો ૩૦ પાઠક મોતી
મિન્શનમાં ધ્યાન કેન્દ્ર ગરૂ થયા પછી થોડા જ દિવસોમાં
પૂજ્ય ગુરુદેવના દર્શને આવ્યા અને પોતાની કથની કહી
તથા ગુરુદેવની મૂચનાથી ધ્યાનમાં ભેઠા તે વખતે
જોમને થતી ક્રિયાઓ મોંએ ભેઈ એ ભેઈને ગુરુદેવનું હૃદય
દ્રવી ગયું અને જીજ્ઞે દિવસે સાજો આવવા ૩૦ પાઠકને સૂચના
આપી તે પ્રમાણે જીજ્ઞે દિવસે તેઓ આવીને ધ્યાનમાં
ભેઠા કે તત્ત જ પૂજ્ય ગુરુદેવે શ્રીહનુમાનદાદાની મૂર્તિ
ઉપરથી પૂજ્ય એક કૂલ લઈને ૩૦ પાઠકની બ્રહ્મિને તેનાથી
સ્પર્શ કર્યો તે દિવસે ૩૦ પાઠકને ક્રિયાઓ ન થઈ અને

શાંત મમાધિ લાગી. ડો. પાઠકે ધ્યાનમાથી જાગીને પૂજ્ય ગુરુદેવને માપ્ટાંગ દંડવત પ્રણામ કર્યા અને ભાવથી તેમની આંખોમાથી પાણી વહેવા લાગ્યા. આવા મહાન મમર્થ ગુરુદેવની અમીમ કૃપાથી પણ વારમા તેમનું કામ થઈ ગયું “ગુરુદેવની હું શી મેન્ના કરું અને તેમનું ક્ષણ કેમ ચૂકવું ? મહાન ગણાતા યોગીઓ જે ન કરી શક્યા તે આ ગુરુદેવે પણ વાગમા કરી આપ્યું.” આન ખોલતા ખોલતા ડો. પાઠક ગગગળા થઈ ગયા.

પૂજ્ય ગુરુદેવે એમને શાંત પાડ્યા અને આશીર્વાદ આપતા કહ્યું, “તમારે આજ્ઞાચક્રમા કામ અટકેલું હતું. આહું પાઠડું હતું તે હવે હટી ગયું છે. હવે તમને શાંત મમાધિ લાગશે”

આ પ્રસંગથી ડો. પાઠક પૂજ્ય ગુરુદેવના પરમ ભક્ત બન્યા અને અનન્યભાવથી-તન, મન અને ધનથી પૂજ્ય ગુરુદેવની સેવા કરી રહ્યા છે.

શ્રી ધ્યાનયોગી મંડળની સ્થાપના અને પ્રવૃત્તિઓ

મોતી મેન્ગનમા ધ્યાન કેન્દ્રમા માધકોની સખ્યા વધતી જતી હતી. ખામ કરીને શિક્ષિત વર્ગ વધારે હતો. ડોક્ટરો, વકીલો, એન્જિનિયરો, પ્રોફેસરો, વેપારીઓ, ઉદ્યોગપતિઓ અને રાજકુટુંબના મળ્યો પણ સાધક વર્ગમા હતા. તેમ જ બહેનો અને બાળકો પણ મારી મંજ્યામા હતાં કેટલાક આખા કુટુંબો ગુરુકૃપાથી ધ્યાનમાર્ગમા આવી ગયા હતાં નાનામાં નાના ચાલુ વરસના અને મોટામાં મોટા ૭૦ વરસના સાધકો હતા બહાર બીજા યોગીઓથી દીક્ષિત થયેલા સાધકો પણ આવતા અને અહીંયા તેમની પ્રગતિ

જૂઝ જ ઝડપથી ચતી. આ જમાં કારણોથી હવે વ્યવસ્થિત રીતે ધ્યાનની પ્રવૃત્તિઓ ચલાવવાની જરૂર જણાઈ. તેથી શ્રી ધ્યાનયોગી મંડળની સ્થાપના મે ૧૯૬૪માં કરવામા આવી.

પૂજ્ય ગુરુદેવના જનકલ્યાણનાં મર્વ કાર્યોમા સહાયરૂપ થવું એ જ મંડળનું મુખ્ય ધ્યેય હતું

શ્રી ધ્યાનયોગી મંડળની પ્રવૃત્તિઓ

(૧) અહીંના આ કેન્દ્રને એવું વ્યવસ્થિત રીતે ચલાવવું કે જેથી પૂજ્ય ગુરુદેવને ઓછામાં ઓછો શ્રમ પડે અને તેઓશ્રીની ઇચ્છા મુજબ વધારેમાં વધારે સાધકોને લાભ મળે.

(૨) પૂજ્ય ગુરુદેવ પાસે જ્ઞાનનો અષ્ટ લંકાર છે, તેા ધ્યાનયોગમા માર્ગદર્શન આપે એવા પુસ્તકો લખવા ગુરુદેવને વિનંતિ કરવી જે જે પુસ્તકો લખાય તેનું પ્રકાશન મંડળ તરફથી કરવું.

(૩) પૂજ્ય ગુરુદેવ પૂણે યોગી અને બ્રહ્મવિદ્યાનાં જાણકાર છે ઉપરાત શાસ્ત્રોનો જાણકાર શ્રોત્રિય પણ છે. તેથી સાધકોને અને મુમુક્ષુઓને ઉપયોગી થાય તેવું સાહિત્ય તેઓશ્રીના લખાણમાથી મળી શકે તેનું પ્રકાશન પણ મંડળે કરવું.

(૪) તે ઉપરાત આયુર્વેદ જેવી લોકોપયોગી વિદ્યાનું જ્ઞાન પણ પૂજ્ય ગુરુદેવ એટલું સચોટ ધરાવે છે કે આપણને આશ્ચર્ય થાય તેનો અનુભવ મને અને મારા કુટુંબને માથેગનમા થયેલો. ઓકટોળગ ૧૯૬૩માં મારા કુટુંબ માથે પૂજ્ય ગુરુદેવ માથેરાન પધારેલા ત્યા એક અઠવાડિયું રહેલા. તે વખતે ત્યાના પહાડોમાં અને જંગલોમા ફરતા ફરતાં તેઓશ્રી ઘણીખરી વનસ્પતિઓની ઓળખાણ આપતા

તથા જુદા જુદા વ્યાધિઓ ઉપર તેના ઉપયોગ મમજાવતા તે બધા પ્રયોગો પોતે જાતે વ્યાધિગ્રસ્ત લોકો ઉપર સફળતા-પૂર્વક અજમાવેલા છે એમ જ્ઞેતા ત્યાથી મુગ્ધ આવતી વખતે ઘણા પ્રકારની વનસ્પતિઓ તેઓશ્રી માથે લાવેલા તેઓશ્રીની અનુભવમિદ્ધ આ બધી વિદ્યા જો પુસ્તકકરે બહાર આવે તો એક મોટું લોકનેવાનું કાર્ય થાય અને એથી નક્કી કયું કે મડળે આવું પ્રકાશન પણ કરવું

પૂજ્ય શુરુદેવને જાહેરાત બિલકુલ પસંદ નથી છતાં શોકકલ્યાણ અર્થે પુસ્તક લખવા મડળના કાર્યકરોની વિનંતિ ધ્યાનમાં લઈને તેઓશ્રી એ પ્રવૃત્તિ માટે તૈયાર થયા પરિણામે પહેલું પુસ્તક 'સાધક સંદેશ' ૧૯૬૪ના નવગત્રમા પૂજ્ય શુરુદેવના જૂના બકત અને માધક પોતે બદરના સુવરાજ સાહેબ શ્રી ચંદ્રભાણસિ હજીના શુભહિતે પ્રકાશમાં આવ્યું પૂજ્ય શુરુદેવની અનેાખી શક્તિ, મૌલિકતા, સરળ ભાષા અને સ્વાનુભવના પ્રસંગોથી ભરપૂર એવું આ પુસ્તક સાધકોની શકાઓ દૂર કરીને તેમને માર્ગદર્શન અને પ્રેરણા આપનારું હોવાથી યોગસાહિત્યના ખીલત પુસ્તકો કરતા જુદું પડે છે તે એટલું લોકપ્રિય થઈ પડ્યું કે એક વરસની અંદર જ તેની ખીલ આવૃત્તિ બહાર પાડવી પડી ત્યાર પછી થોડા સમયમાં તેનું અંગ્રેજી ભાષાતર 'મેસેજ ટુ ડીસાઈપલ' (Message to Disciple) નું પ્રકાશન થયું અને 'સાધક સંદેશ'ની ત્રીજી આવૃત્તિ માર્ચ ૧૯૭૨ માં બહાર પડી હવે તેનું હિંદી ભાષાતર પ્રેસમાં જવા માટે તૈયાર છે

પૂજ્ય શુરુદેવસંચિત ખીલ પુસ્તક 'ધ્યાન પ્રકાશ' ૧૯૬૭ માં પ્રકાશમાં આવ્યું તેમાં પણ સાધકોને ખૂબ જ

ઉપયોગી એવા ધ્યાનયોગના બુદ્ધા બુદ્ધા પાસાઓ મગ્સ રીતે મમલતવેલા છે તે ખૂબ જ પ્રેરણાદાયી હોવાની સાધકોમાં અતિશય પ્રિય થઈ પડયું છે ત્યાં પછી પૂજ્ય ગુરુદેવ એક વર્ષ બિહારના દુષ્કાળરાહતના કાર્યમાં અને બે વર્ષ બનાન દાડામાં દુષ્કાળ પડ્યો ત્યારે ત્યાંના માનનેવા અને ગો સેવાના કાર્યમાં ગેકાયેલા રહ્યા હોવાથી સમયના અભાવે બીજા પુસ્તકો લખાયા નથી

(૫) એ સિવાય ધ્યાનને લગતું અનેાખુ જ માહિત્ય પૂજ્ય ગુરુદેવની પ્રેરણા અને માર્ગદર્શનથી આ મહાળે તૈયાર કરેલ છે ધ્યાનમાં શક્તિ જાગ્રત થતા ઘણા સાધકોને તેમના સ્વકાં પ્રમાણે ગાત્રીગિરિ ક્રિયાઓ થાય છે જ્યારે કોઈ માધકોને ખામ નવીન પ્રકારની ક્રિયાઓ થાય ત્યારે ગુરુદેવની સૂચના પ્રમાણે તેના ફેરિઓ લઈ લેવાય છે થોડા આવળમો ભરીને આવા ટોટાઓનો મગ્સ થયો છે તેમાંથી અમુક ફેરિઓ 'માધક મદેશ' 'ધ્યાન પ્રમશ' અને 'મેસેજ' દુ ડીમા પિત્ત'માં આપેલા છે કોઈ કોઈ માધકોને ખૂબ જ વિશિષ્ટ પ્રકારની ક્રિયાઓ થાય છે ત્યારે ગુરુદેવની આજ્ઞાથી એની મુવી ફિલ્મ લેવામાં આવે છે તેવી ફિલ્મોનો પણ મગ્સ છે

(૬) પૂજ્ય ગુરુદેવની પ્રેરણાથી એક વાર મહાળ તરફથી પ્રવાસ અને શિબિરનો કાર્યક્રમ રાખવામાં આવેલો ૧૯૮૪ ના જાન્યુઆરીમાં દિવાળીના થોડા દિવસ પહેલા જ નમદા કિનારે કરનાળી તીથમાં એક અઠવાડિયાનો પ્રવાસ તથા શિબિર રાખેલ મુમર્ઝી પૂજ્ય ગુરુદેવ માથે શ્રી મુનુભાઈ પટેલનું કુટુંબ, શ્રી દિનેશભાઈ, તેમના ભાઈ રમેશભાઈ, ડા. પાંડકરનાં પુત્રો તથા બીજા સાધકો ગયેલા તથા હું

માગ કુટુંબ સાથે અગાઉથી કન્યાળી ગયેલ અને રાજકોટથી શ્રી કમળાબહેન ગવળ તથા શ્રી મુકુન્દભાઈ રાવળનું કુટુંબ પણ આવેલું. આમ લગભગ પચીનેક સાધકો હતા. ૬૦ નાળીમા ગીતામંદિર પાને ગાયત્રી મંદિરમા ભિતરેલા ત્યા સવાર સાન સમૂહધ્યાન થતું તથા સાધકોને દિવ્ય અનુભવો થતા અને મૌની માત્રી પ્રગતિ થઈ ત્યાની સ્થાનિક વ્યક્તિઓમા તપસ્વિની શ્રામતી ચંદનબહેન વ્યાનમા આવી ગયા અને મારી પ્રગતિ થઈ થોડાન સમયમા તેમણે સન્યાસ લીધેવો ત્યાના 'હુ માનંદ' આશ્રમના સ્વામીજી શ્રી સુરેશ્વરાચાર્યજી પણ આમ્મ્યા અને પાછળથી અમદાવાદમા અને રાજકોટમા પૂજ્ય ગુરુદેવ પાસે રહીને સાધના કરી હતી એ સિવાય સાધકોને આ પવિત્ર સ્થળમા ગુરુદેવના માન્નિધ્યમા દિવ્ય આનંદ આવતો તેઓશ્રીની સાથે નર્મદામા હોડીમા યાત્રા કરી તેની મીડી યાદ હ મેશા રહેશે ખાસ કરીને નાની મોટી પનોતીમા મને પૂજ્ય ગુરુદેવની કૃપાથી મન મૂર્તિમત જન્યાનો અનુભવ થયો તે દશ્ય તો અવર્ણનીય હતું તેમ જ નર્મદામા આખી રાતનો પૂજ્ય ગુરુદેવ સાથેનો 'આસ', 'શુક્રદેવ', 'અનમૂયા વગેરે પવિત્ર સ્થળોનો પ્રવાસ તથા 'અનસૂયા'મા નર્મદાના પટમા અધારામા સમૂહધ્યાનનો કાર્યક્રમ-એ મીડા અનુભવો હ મેશા સ્મૃતિપટ પર અકિત ગહેશે

(૭) જ ધવડમા શ્રીહનુમાનજીના મંદિરનો જીર્ણોદ્ધાર કરવાનો પૂજ્ય ગુરુદેવનો સંકલ્પ હતો તે કાર્યમા અને પછી શિખર પ્રતિષ્ઠા અને પચકુડી ચત્ર પ્રસંગે 'શ્રી ધ્યાન ચોગી મંડળ'ના દરેક સભ્યે પોતાનાથી જનતો ફાળો આપ્યો હતો અને જાની શકે તેઓએ જ ધવડ જઈને

સેવા આપી. કેટલાક મિત્રિસ પન્ન માધકોએ આ કાર્યોમાં પોતાના તરફથી સારો એવો ફાળો મોકલીને બાંહે હુળવો કર્યો હતો.

(૮) ૧૯૬૭મા બિહારમા હુબાળ સમયે પૂજ્ય ગુરુદેવની ઇચ્છા ત્યાં જઈને રાહતકેન્દ્ર ચલાવવાની છે એવી જાણ થતા જ મંડળના સભ્યોએ એ કાર્ય માથે ઉપાડી લીધું. લગભગ બધા જ સભ્યોએ ત્યાં કેન્દ્ર ચાલ્યું ત્યાં સુધી નિયમિત દર મહિને પોતાનાથી બને તેટલો ફાળો મોકલ્યો. એક ધનાઢ્ય સાધકભાઈએ તો એકસાથે સારી એવી મોટી રકમ આપીને સૌની ચિંતા દૂર કરી હતી જેટલાથી બને તેટલા સભ્યો પૂજ્ય ગુરુદેવ સાથે બિહાર ગયા અને જાતે સેવા આપી.

ઓક્ટોબર ૧૯૬૮ માં “શ્રી ધ્યાનયોગી મંડળ ટ્રસ્ટ”ની રચના થઈ તેણે ‘શ્રી ધ્યાનયોગી મંડળ’ની લગભગ બધી જ પ્રવૃત્તિઓ ઉપાડી લીધી તે વખતે બનાસકાંઠામાં લીપણ હુબાળ પડ્યો પૂજ્ય ગુરુદેવે બંધવડ આશ્રમમાં જ માનવસેવા અને ગૌસેવાનું કેન્દ્ર શરૂ કર્યું. મુખર્ધમા શ્રી ધ્યાનયોગી મંડળ ટ્રસ્ટે બીજા બધા કાર્યો પડતા મૂકીને પૂજ્ય ગુરુદેવના આ પવિત્ર કાર્યમાં બને તેટલું મદદરૂપ થવાનો નિરધાર કર્યો. સૌ સભ્યોએ દર મહિને નિયમિત ફાળો મોકલવો શરૂ કર્યો. સારી સ્થિતિના માધકોએ પોતાનાથી બને તેટલી મોટી રકમ મોકલીને તેમ જ કપડા, ધાગળા, દવાઓ વગેરે મોકલીને ગુરુદેવના આ સેવાયત્રમા પોતાનો ફાળો આપ્યો. ૧૯૬૯ના જુલાઈમાં મુખર્ધમા શન્મુખાનંદ હોલમાં ભારત નાટ્યમ અને સંગીત કીર્તનનો પ્રોગ્રામ શ્રી ધ્યાનયોગી મંડળ ટ્રસ્ટ તરફથી

રાખવામાં આવેલો. તે વખતે મોવિનેર પણ બહાર પાડેલું. આ પ્રમંજે કુંડમાં મારો એવો ઉમેરો થયેલો. આ પ્રમાણે બનામકાંઠાના બે વરમના ભીલણ દુષ્કાળ દરમ્યાન પૂજ્ય ગુરુદેવના માનવનેવાના અને ગૌનેવાના આ પવિત્ર કાર્યમાં આ મંડળે પોતાનો ઠીકઠીક ફાળો આપ્યો હતો.

(૯) અન્ય પ્રવૃત્તિઓમાં આ મંડળ તરફથી વરમમાં બે વખત ઉત્સવ બિજવાય છે. એક ગુરુપૂર્ણિમાના દિવસે અને બીજો પૂજ્ય ગુરુદેવની જન્મજયંતી દિન એટલે પોપ સુદ પાંચમના દિવસે. તે દિવસોએ સર્વ સાધકો મળીને સમૂહમાં ગુરુપૂજન કરે છે તથા સમૂહધ્યાન અને ભજન-કીર્તનનો કાર્યક્રમ હોય છે.

(૧૦) વિષ્ણુતીર્થે મહારાજની પધરામણી અને મંડળ તરફથી તેઓશ્રીનું સ્વાગત.

૧૯૬૬ માં બ્રહ્મલીન યોગીરાજ સ્વામીજી શ્રી વિષ્ણુ-તીર્થે મહુ ગજનો મેળાપ તેઓના જીવનકાળમાં એક વાગ પૂજ્ય ગુરુદેવ સાથે અમદાવાદમાં થયેલો. ત્યાંથી તેઓશ્રી મુંબઈ પધારેલા. ત્યારે પૂજ્ય ગુરુદેવે પત્રથી સૂચના આપેલી તે પ્રમાણે સ્વામીજી શ્રી વિષ્ણુતીર્થે અને તેમની સાથે સ્વામીશ્રી શિવોદ્ભૂતીર્થેની પધરામણી ડો. પાઠકને ત્યાં કરવામાં આવેલી અને મંડળ તરફથી તેઓશ્રીનું સ્વાગત તથા પૂજન કરવામાં આવેલું તે મમયે સ્વામીજી શ્રી ધ્યાની મહારાજના આ શિષ્ય પરિવારને જોઈને ખૂબ પ્રસન્ન થયેલા અને આશીર્વાદ આપીને દૂકું એવું પ્રેરણા-મય પ્રવચન આપેલું.

મારે ત્યાં યોગશક્તિમાની પધરામણી અને સમૂહ ધ્યાનનું નિરીક્ષણ તેમણે કર્યું તે વાત જોઈએ.

૧૯૬૬ ના માર્ચમાં પૂજ્ય ગુરુદેવ મુંબઈમાં શ્રી કનુભાઈ પટેલને ત્યાં બિરાજતા હતા. ‘ઈન્ટરનેશનલ યોગ ફેલોશિપ’ મંથાના કેટલાક મળ્યો મોતી મેન્શનનાં ટેન્ડ્રા સાધના માટે આવતા અને તેઓને મારા અનુભવો થતા તેઓની પ્રગતિ પણ મારી થતી હતી તેમથી શ્રી કિપલાની શ્રી ધ્યાનયોગી મંડળના સક્રિય કાર્યકર બની ગયા હતા અને નિર્ધારિત અભ્યાસ માટે આવતા. દિવસ અનુભવો અને ઝડપી પ્રગતિથી તેમને ખૂબ આનંદ થતો. ‘ઈન્ટર નેશનલ યોગ ફેલોશિપ’ના સંસ્થાપક અને મોડી યોગાશ્રમ વાળા યોગિની યોગશક્તિમાં આ દિવસોમાં મુંબઈમાં હતા શ્રી કિપલાનીએ તેઓને પૂજ્ય ગુરુદેવ વિષે તથા શ્રી ધ્યાન યોગી મંડળની પ્રવૃત્તિઓ વિષે વાત કરી યોગશક્તિ માને ખૂબ રસ પડ્યો અને કુતૂહલ થયું તેઓ પૂજ્ય ગુરુદેવને મળ્યા અને ચર્ચા કરી તેઓએ ‘સાધક મંદેશ’ લેવું અને આલણમમાં ફેરવેલો લેવા તેમને ખૂબ જ આશ્ચર્ય થયું અને પૂછ્યું કે આટલું જલદી આટલા મોટા મમ્કને ધ્યાનમાર્ગમાં પ્રગતિ કેમ થાય છે? એના જવાબમાં પૂજ્ય ગુરુદેવે તેઓને બીજો રવિવારે મવારે મારે ત્યાં સમૂહધ્યાનનો પ્રોગ્રામ લેવા આમત્રણ આપ્યું તે પ્રમાણે યોગશક્તિમાં મારે ત્યાં સમૂહધ્યાન વખતે પધાયા શ્રી ધ્યાનયોગી મંડળ તરફથી તેઓનું સ્વાગત કરવામાં આવ્યું અને તેમને ‘સાધક મંદેશ’ લેટ આપ્યું સમૂહધ્યાન શરૂ થયું પૂજ્ય ગુરુદેવે મંત્રોચાર શરૂ કર્યો સૌ સાધકોને ધ્યાન લાગવા માડ્યું ઘણા સાધકોને તો નરસ સૌમ્ય પ્રકારની સુદ્રાઓ તથા બીજી ક્રિયાઓ થવા લાગી યોગશક્તિમાં અને જોઈને ખૂબ જ આનંદ થયો અને આશ્ચર્ય થયું બિના થઈને બધા સાધકો

વચ્ચે રૂપોં અને મુદ્રાઓ વગેરેનું નિરીક્ષણ કર્યું. જતી વખતે તેઓએ પૂજ્ય ગુરુદેવને જણાવ્યું, “મારે આ વિષય વિષે આપની માથે ચર્ચા કરવી છે. આપણે બીજી વાર મળીશું.” પણ બીજી જ દિવસે તેઓને શુરોપ જવાનું થયું તેથી મળાયું નહીં.

પોરબંદરમાં સમૂહધ્યાનનો પ્રારંભ

૧૯૬૫ માં મુંબઈમાં ચોતી મેન્શનના ધ્યાનકેન્દ્રમાં પોરબંદરવાળા શેઠશ્રી નાનજી કાળિદાસ નિયમિત માધના માટે આવતા. પૂજ્ય ગુરુદેવની કૃપાથી તેમને દિવ્ય અનુભવો મારા થતા તથા પ્રગતિ મારી થતી. તંથી તેમની ઈ-છા પોરબંદરમાં તેમની સંસ્થા કન્યા ગુરુકુળમાં સમૂહ-ધ્યાન શરૂ કરવાની ઈર્ષા અને પૂજ્ય ગુરુદેવને તેમણે વાત કરી. પૂજ્ય ગુરુદેવ તો વધારેમાં વધારે વ્યક્તિઓને પોતાની શક્તિઓનો લાભ મળે એ માટે આતુર જ હોય છે. તેઓશ્રી શ્રી નાનજી શેઠની સાથે પોરબંદર ગયા. ત્યાં પંદરેક દિવસ રહ્યા. તે દરમિયાન કન્યા ગુરુકુળમાં લગભગ ૫૦૦ કન્યાઓને સાથે બેસાડીને સમૂહધ્યાનનો પ્રયોગ કર્યો. ઘણીખરી બહેનોને સારા અનુભવો થયા અને પ્રગતિ કરવા લાગી હતી શેઠ શ્રી નાનજી કાળિદાસના પરિવારના સભ્યોને પણ ધ્યાન લાગવા માંડ્યું હતું તથા પોરબંદર શહેરમાં સારી સંખ્યામાં માધકો તૈયાર થઈ ગયા. આ પ્રમાણે પોરબંદરમાં પણ સમૂહધ્યાનનું કેન્દ્ર શરૂ થઈ ગયું.

રાજકોટમાં સમૂહધ્યાનનો પ્રારંભ

પોરબંદરથી પૂજ્ય ગુરુદેવ રાજકોટ પધાયાં ત્યાં શ્રી કમળાબહેન રાવળ તથા શ્રી મુકુટભાઈ રાવળે ધ્યાનવર્ગની વ્યવસ્થા કરી અને પહેલી જ વાર શરૂ થતાં આ વર્ગમાં

બાહુ મારી સખ્યામા માધકો આવવા લાગ્યા ગુરુકૃપાથી
બધાને સારા અનુભવો થવા લાગ્યા અને સૌની સારી
પ્રગતિ થઈ આ પ્રમાણે રાજકોટમા કાયમી ધ્યાન કેન્દ્ર
સ્થપાઈ ગયું

પૂજ્ય ગુરુદેવની ઉચ્ચ યોગિક સ્થિતિ

આજ સુધીમા પૂજ્ય ગુરુદેવની કૃપાથી સાધકોને અનેક
દિવ્ય અનુભવો થયા છે પણ ૧૯૬૫ના ફેબ્રુઆરીમા જેઓને
પૂજ્ય ગુરુદેવની ઉચ્ચ યોગિક સ્થિતિનો અનુભવ થયો તે
એક અનેરો લહાવો હતો તે વખતે ગુરુદેવ મુખર્ષિમા
મોતી મેન્શનના ધ્યાનકેન્દ્રમા ખિરાજતા હતા એકાએક
તા ૮-૨-૧૯૬૫થી તેઓશ્રીનું સ્વાસ્થ્ય બગડવાના ચિહ્નો
દેખાવા લાગ્યા તેઓશ્રી પૂજ્ય વગેરે પતાવી સુધ્ધ રહેતા
બાગ્યે જ કોઈ સાથે બોલતા બાણે અર્ધશુદ્ધિમા હોય
એમ લાગતું ખૂબ બોલાવીએ ત્યારે થોડો દુકો જવાબ
આપતા છતા વાતો કરે ત્યારે યાદશક્તિ બરાબર કામ
કરતી એટલું જ નહીં પણ વધારે સતેજ લાગતી ચહેરા ઉપર
તેજ વધી ગયું હતું તથા આનંદ અને પ્રસન્નતામા વધારો
જણાતો હતો આખોના પાપમા બધો વખત દબેલા જ
રહેતા ચા, દૂધ વગેરે લેવાનું તથા જમવાનું લગભગ બંધ
કરી દીધેલું હતું કોઈ કોઈ વાર નાના બાળકની જેમ જરા
લઈને પાછા સૂઈ જતા ખાવાપીવાની રુચિ જ નથી એમ
કહેતા માથું તથા કપાળ ગરમ રહેતા તેઓશ્રી ચક્કર
આવવાની રૂગિયાદ કરતા ખાસ કઠીને ચત્તા મૂવામા ચક્કર
વધારે આવતા હું અને ડો પાઠક તેઓશ્રીનું જ્યેષ્ઠ પ્રેસર
વગેરે દિવસમા ત્રણ વાર તપાસતા અને તે નોર્મલ જ
આવતું ચક્કરની ટીકડીઓ અમોએ આપી પણ તેઓશ્રીએ

લીધી નહીં ત્રીજો દિવસે મને અને ડૉ. પાઠકને મનમાં થયું કે આ કોઈ હૃદયરોગનો હુમલો કે બીજી બીમારી નથી પણ કોઈ યૌગિક પ્રક્રિયા હોવી જોઈએ. તેથી પૂજ્ય ગુરુદેવને અમોએ વિનંતિ કરી કે આ સ્થિતિમાં સુંબઈ શહેરના દૂષિત વાતાવરણમાં આપની તળિયત જલદી મારી ન થાય એવો મંત્રણ છે. તો નમંદા કિનારે અથવા આપ કહો ત્યાં બીજા કોઈ પવિત્ર, સ્વચ્છ અને શાંત વાતાવરણમાં આપણે જઈએ. આપની સેવા માટે અમુક સાધકો માથે આવશે. ત્યારે પૂજ્ય ગુરુદેવે સમજાવ્યું કે, ‘મને આ કાંઈ બીમારી નથી. મને ધ્યાનમાં અમુક ક્રિયાઓ થઈને પ્રાણ ઉપર ચડી ગયો છે. કોઈ વાર નીચે કિતરે છે તો જરા વારમાં પાછો ઉપર ચડી જાય છે. અને ઉપર જ રહે છે. તેથી આ સ્થિતિ રહે છે. આ સ્થિતિમાં માત્તિવક્તા વધી જાય છે. હિમાલયની શુદ્ધિઓમાં મહિનાઓ સુધી યોગીઓ સમાધિમાં પડ્યા રહે છે એવી આ સ્થિતિ છે. તમે મને એકાંત વાતાવરણમાં લઈ જશો તો આવી જ સ્થિતિમાં હું કેટલો વખત રહું તે કહેવાય નહીં પણ મારે તો પ્રવૃત્તિ કરવી છે. સર્વનાં કામ કરવા છે પ્રાણ નીચે આવે અને નીચે રહે તો જ એ બને.’”

પછી પ્રાણની ગરમી ઓછી કરવાના અને પ્રાણને નીચે ઉતારવાના ઉપાયો જાણત પૂજ્ય ગુરુદેવને પૂછ્યું. તેઓ શ્રીએ કેટલાક ઉપાયો જણાવ્યા તે પ્રમાણે તરત જ શરૂ કરી દીધા. ચારેક દિવસ આ પ્રમાણે ઉપાયો અજમાવ્યા પછી પણ જાગર ફેર ન પડ્યો, તેથી ડૉ. પાઠક, બીજા સાધકોના અને માગ આગ્રહથી પૂજ્ય ગુરુદેવ વરલીમાં મારે ત્યાં પધાર્યા. ત્યાં તેઓશ્રી લગભગ એક માસ રહ્યા. તે

બહુ મારી મંજ્યામાં સાધકો આવવા લાગ્યા, ગુરુકૃપાથી
બધાને સારા અનુભવો થવા લાગ્યા અને સૌની સારી
પ્રગતિ થઈ. આ પ્રમાણે રાજકોટમાં કાયમી ધ્યાન કેન્દ્ર
સ્થપાઈ ગયું.

પૂજ્ય ગુરુદેવની ઉચ્ચ યૌગિક સ્થિતિ

આજ સુધીમા પૂજ્ય ગુરુદેવની કૃપાથી સાધકોને અનેક
દિવ્ય અનુભવો થયા છે. પણ ૧૯૬૫ના ફેબ્રુઆરીમાં જેઓને
પૂજ્ય ગુરુદેવની ઉચ્ચ યૌગિક સ્થિતિનો અનુભવ થયો તે
એક અનેરો લહાવો હતો તે વખતે ગુરુદેવ મુંબઈમાં
મોતી મેન્શનના ધ્યાનકેન્દ્રમાં બિરાજતા હતા. એકાએક
તા ૮-૨-૧૯૬૫થી તેઓશ્રીનું સ્વાસ્થ્ય બગડ્યાનાં ચિહ્નો
દેખાવા લાગ્યા. તેઓશ્રી પૂજા વગેરે પતાવી સૂઈ જ રહેતા.
લાગ્યે જ કોઈ સાથે બોલતા. બધે અર્ધશુદ્ધિમા હોય
એમ લાગતું. ખૂબ બોલાવીએ ત્યારે થોડો દૂંકો જવાબ
આપતા. છતાં વાતો કરે ત્યારે ચાદશક્તિ બરાબર કામ
કરતી એટલું જ નહીં પણ વધારે સતેજ લાગતી. ચહેરા ઉપર
તેજ વધી ગયું હતું તથા આનંદ અને પ્રસન્નતામાં વધારો
જણાતો હતો. આખોના પોપચા બધો વખત ઢળેલાં જ
રહેતા. આ, દૂધ વગેરે લેવાનું તથા જમવાનું લગભગ બંધ
કરી દીધેલું હતું કોઈ કોઈ વાર નાના બાળકની જેમ જરા
લઈને પાછા સૂઈ જતાં. ખાવાપીવાની રુચિ જ નથી એમ
કહેતા. માથું તથા કપાળ ગરમ રહેતા તેઓશ્રી ચક્કર
આવવાની ફરિયાદ કરતા ખામ કરીને ચત્તા સૂવામા ચક્કર
વધારે આવતા. હું અને ડો પાઠક તેઓશ્રીનું પ્લડ ગ્રેમર
વગેરે દિવસમા ત્રણ વાર તપાસતા અને તે નોર્મલ જ
આવતું. ચક્કરની ટીકડીઓ અમેએ આપી પણ તેઓશ્રીએ

લીધી નહીં ત્રીજે દિવસે મને અને ડૉ. પાઠકને
મનમા થયું કે આ કોઈ હૃદયરોગનો હુમલો છે બીજી
બીમારી નથી પણ કોઈ યૌગિક પ્રક્રિયા હોવી જોઈએ તેથી
પૂજ્ય ગુરુદેવને અમોએ વિનંતિ કરી કે આ સ્થિતિમા
સુભર્ષ શહેગના દ્વિપિત વાતાવરણમા આપની તબિયત જલદી
મારી ન થાય એવો સંભવ છે તો નર્મદા કિનારે અથવા
આપ કહો ત્યાં બીજા કોઈ પવિત્ર સ્વરણ અને શાંત વાતા
વગણમા આપણે જઈએ આપની સેવા માટે અમુક સાધકો
માથે આવશે ત્યારે પૂજ્ય ગુરુદેવે સમજાવ્યું કે, 'મને આ
કોઈ બીમારી નથી મને ધ્યાનમા અમુક ક્રિયાઓ થઈને
પ્રાણ ઉપર ચડી ગયો છે. કોઈ વાર નીચે ઊતરે છે તો
જરા વારમા પાછો ઉપર ચડી જાય છે અને ઉપર જ
ગઈ છે તેથી આ સ્થિતિ રહે છે આ સ્થિતિમા સાર્વિકતા
વધી જાય છે હિમાલયની ગુફાઓમા મહિનાઓ મુઠી
યોગીઓ સમાધિમા પડ્યા રહે છે એવી આ સ્થિતિ છે
તમે મને એકાંત વાતાવરણમા લઈ જશો તો આવી જ
સ્થિતિમા હું કેટલો વખત રહું તે કહેવાય નહીં પણ મારે તો
પ્રવૃત્તિ કરવી છે સર્વના કામ કરવા છે પ્રાણ નીચે આવે અને
નીચે રહે તો જ એ બને =

પછી પ્રાણની ગરમી ઓછી કરવાના અને પ્રાણને નીચે
ઉતારવાના ઉપાયો જાણત પૂજ્ય ગુરુદેવને પૂછ્યું તેઓ
શ્રીએ કેટલાક ઉપાયો જતાવ્યા તે પ્રમાણે તરત જ શરૂ
કરી દીધા ચારેક દિવસ આ પ્રમાણે ઉપાયો અનુમાન્યા
પછી પણ જાગ ફેર ન પડ્યો, તેથી ડૉ. પાઠક, બીજા
સાધકોના અને મારા આગ્રહથી પૂજ્ય ગુરુદેવ વગીમા માટે
ત્યાં પધાયાં ત્યાં તેઓથી લગલગ એક માત્ર રહ્યા. તે

દરમ્યાન મને તથા મારા કુટુંબને ગુરુદેવની આ ઉચ્ચ સ્થિતિમા સેવા કરવાનો અનેક જન્મોમા પણ ન મળે તેવો અલભ્ય લાભ ગુરુકૃપાથી મળ્યો અને અનેક દિવ્ય અનુભવો થયા.

આ સ્થિતિનું વર્ણન તથા પોતાના અનુભવો પૂજ્ય ગુરુદેવે તેમના પોતાના પુસ્તક ‘ધ્યાન પ્રકાશ’મા ‘રાજયોગ સાહિત્ય અને પ્રત્યક્ષ અનુભવ’ નામના પ્રકરણમા બહુ સ્પષ્ટ રીતે આપેલ છે માટે તે અહીં કરીને લખવાની જરૂર નથી ગુરુદેવની આ ઉચ્ચ સ્થિતિ ત્રણ મહિના સુધી રહી હતી અને તે દરમ્યાન તેઓશ્રી જે જે સ્થળોએ ગયા તે તે સ્થળોના માધકોને દિવ્ય અનુભવો થયેલા છે તે દિવસોમા પૂજ્ય ગુરુદેવના શરીરની ચારે તરફ ૫ દર ફૂટ સુધી શક્તિના પ્રવાહનો અનુભવ થતો ગુરુદેવ કહેતા “આ શરીરમાથી પ્રવાહ વહી જાય છે જેને લાભ લેવો હોય તે લઈ લે અત્યારે મારે કોઈને ધ્યાન લગાડવા માટે સ્કંધ નહીં કરવો પડે આ શક્તિ વહી રહી છે એનાથી જ સાધકોના કામ થાય” અને આવી રીતે કામ થયાના અનેક દાખલાઓ તે દિવસોમા બન્યા છે

ધ્યાનખંડનું દિવ્ય વાતાવરણ

પૂજ્ય ગુરુદેવ શ્રીહનુમાનજીની જે મૂર્તિની લગભગ ૪૦ વરમથી પૂજા કરતા હતા તે મૂર્તિ તેઓશ્રીએ મોતી મેન્શનના ધ્યાનકેન્દ્રના હોલમા યધરાવેલી હતી અને તેનું પૂજન તેઓશ્રી જાતે જ કરતા આ મૂર્તિમા પૂજ્ય ગુરુ દેવના હસ્તે જ પ્રાણપ્રતિષ્ઠા થયેલી હોવાથી ખૂબ જ ચૈતન્યમયી અને શક્તિશાળી હોવાનો મોં માધકોનો અનુભવ છે પૂજ્ય ગુરુદેવ ઘણુંખરું ગુણધર્મમા જ રહેતા

ચોડા દિવસ બંધવડ અથવા બીજે સ્થળે જતા તોપણ આ મૂર્તિ અહીં જ રહેતી. અને આ મૂર્તિની પૂજા પદ્ધતિમર અને નિયમિત કરવાની સચના તેઓશ્રી આપી જતા તે પ્રમાણે થતી.

આનંદ રોડ પાસે મોતી મેન્શનમાં ધ્યાનકેન્દ્ર લગભગ બે વરસ ચાલ્યું. ૧૯૬૫ના ઓગસ્ટની પહેલી તારીખે તે સ્થળ ખાલી દરી આપવું પડ્યું કારણ તે મકાન વેગવાનું હતું અને કબજો મોપી દેવાનો હતો. તેથી પૂજ્ય ગુરુદેવની આજ્ઞા પ્રમાણે શ્રીહનુમાનજીની આ મૂર્તિ વગ્લીમા મારે ત્યાં પધગવવામા આવી અને હજી ત્યાં જ છે ત્યાગથી શ્રી ધ્યાનયોગી મંડળની બધી જ પ્રવૃત્તિઓ મારે ત્યાં જ થતી સમૂહધ્યાનનો પ્રોત્સાહન પણ દર રવિવારે મોતી મેન્શનના બદલે મારે ત્યાં જ શરૂ થયો. અને હજી પણ તે જ પ્રમાણે દર રવિવારે મારે ત્યાં ૧૦ અહીં જ થાય છે. પૂજ્ય ગુરુદેવ મુખર્ધમા બિરાજતા હોય ત્યારે આ સમૂહધ્યાન વખતે અહીં પધારે છે અને તેઓશ્રીના સાન્નિધ્યમા ધ્યાન થાય છે.

મારે ત્યાં જે રૂમમા શ્રીહનુમાનજીની મૂર્તિ બિરાજે છે અને ત્યાં પૂજ્ય ગુરુદેવ અવારનવાર આવીને રહે છે તે જ સ્થળે તેઓશ્રીએ સમૂહધ્યાનની પ્રવૃત્તિની શરૂઆત કરેલી આ રૂમનું વાતાવરણ ખૂબ જ દિવ્ય બની ગયું છે. આ રૂમમા આધ્યાત્મિક શક્તિ હોવાનું અનુભવી શકાય છે. જેમ જેટરી ચાજ થયેલી હોય તેમ આ ખંડ શક્તિથી ચાજ થઈ ગયેલો છે. શ્રીહનુમાનજીની મૂર્તિનું નિયમિત પૂજન થાય છે તેમ જ પૂજ્ય ગુરુદેવ પણ અત્રે પધારે ત્યારે કોઈ વાર બંને મૂર્તિનું પૂજન કરે છે અને ત્યારે નવી

શક્તિ લરાઈ ગઈ હોય એવો અનુભવ સાધકોને થાય છે. કોઈ પણ નવો માણસ તે ધ્યાનમાર્ગનો ન હોય તોપણ જો આ ખંડમાં જેસે તો તરત જ એનું મન એકાગ્ર થઈ જાય છે, એવા દાખલા બન્યા છે ઘણા નવા સાધકો જેઓએ પૂજ્ય ગુરુદેવનાં દર્શન પણ ન કર્યા હોય એવાઓને આ ખંડમાં જેસતાં જ ધ્યાન લાગેલ છે, દિવ્ય અનુભવો થયેલા છે અને ક્રિયાઓ શરૂ થયેલી છે. દર રવિવારે સવારે સમૂહ-ધ્યાનમાં જેસતાં જ ઘણી વાર જૂના સાધકોને અહીં પૂજ્ય ગુરુદેવની સૂક્ષ્મ હાજરીનો અનુભવ થાય છે. તેમ જ પૂજ્ય ગુરુદેવ તરફથી જાણે કે શક્તિના પ્રવાહનાં મોઝાંઓ આવીને આપણા શરીરમાં દાખલ થતાં હોય એવો અનુભવ પણ જૂના સાધકોને અહીં ઘણી વાર થયેલો છે. મોટી મેન્શનમાં ધ્યાનખંડનું વાતાવરણ આવું જ દિવ્ય બની ગયું હતું.

ડૉ. પાઠકની અનુપમ ગુરુસેવા

જુલાઈ ૧૯૬૬ માં પૂજ્ય ગુરુદેવ મુંબઈમાં પધાર્યા ત્યારે તેઓશ્રી ડૉ. પાઠકને ત્યાં જિતયાં અને ગુરુપૂર્ણિમાનો ઉત્સવ એમને ત્યાં જ થયો. રોજ રાત્રે સમૂહધ્યાનનો ઓશામ થતો. સવારે પણ કોઈકોઈ સાધકો આવતા. ડૉ. પાઠકનું ઘર, તીર્થધામ મમું બની ગયું હતું. ધી ધ્યાનયોગી મંડળની પ્રવૃત્તિઓ એમને ત્યાં હવે થવા લાગી આ વળતે પૂજ્ય ગુરુદેવ દોઢેક માસ અહીં રહ્યા અને પછી ગંધવડ પધાર્યા. પણ રોજના સમૂહધ્યાનનો કાર્યક્રમ લગભગ ત્રણેક માસ સુધી ચાલુ રહ્યો. પછી અડવાડિયામાં એક વાર રવિવારે સાંજનો મમમ ગળ્યો. ત્યારથી હજી પણ નિયમિત દર રવિવારે સાંજે ડૉ. પાઠકને ત્યાં સમૂહધ્યાનનો

કર્મકંઠમચાલે છે. પૂજ્ય ગુરુદેવ મુંબઈ એમને ત્યાં જ વિતરે છે અને તે વખતે જ આંજી સમૃદ્ધધ્યાન રાખવામાં આવે છે ડો. પાઠક અને એમના કુટુંબના મૌ સ્વયે અનન્યભાવથી પૂજ્ય ગુરુદેવની સેવા કરે છે. ગુરુબક્ષિનો આદર્શ નમૂનો છે. પાઠકને ત્યાં જોવા મળે છે. તેમના ઘરનું વાતાવરણ પણ નંદનવન જેવું થઈ ગયું છે. આ પ્રમાણે અત્યારે મુંબઈમાં ધ્યાનનાં બે કેન્દ્રો ચાલે છે : એક તો ડો. પાઠકને ત્યાં ૬૨ સ્તંભવારે આંજી અને બીજું વરલીમાં મારે ત્યાં ૬૨ સ્તંભવારે મુવારે.

જય ગુરુદેવ

